

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

Р О Я М А Х А Ц У О



極真館

Моя
жизнь —

КАРАТЭ

Книга вторая

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

ГОРГОДИЕШ

УДК 82.03
ББК 84(5)(51)по
Х28

Предисловие

Перевод с японского
А.А. Тудулевича

Редактор
В.П. Дробкин



Издание осуществлено при содействии
инвестиционной финансовой компании «Метрополь»

Халуго Рояма

Х28 Моя жизнь — карата. — М.: ОАО «Издательский дом
«Городетт», 2005. — 208 с.

ISBN 5-9584-0076-2

В данной книге рассказывается о роли учителей и важности
передачи учения. Автор также затрагивает вопросы накопления
силы и вместе с тем неизбежного старения человека — так назы-
ваемого парадокса карата и указывает путь к его разрешению.
Для широкого круга читателей.

УДК 82.03
ББК 84(5)(51)по

ISBN 5-9584-0076-2 © Рояма Халуго, 2005
© ОАО «Издательский дом «Городетт», 2005

Э

той книгой я заканчиваю трилогию «Моя жизнь — кара-
та». В 1980 году вышла ее первая часть «В поисках истин-
ной силы». В ней я попытался изложить события, которые
со мной произошли, и мои душевные переживания в период,
начавшийся с поступления в школу Оама и закончившийся
открытием своего отделения. И только через 16 лет, в
1996 году, накопив большой личный опыт в ежедневных
тренировках и переосмыслив знания, полученные мной от
трех Учителей, я решил написать вторую часть трилогии
«Важность хорошего учителя». В ней я знакомлю читателей
с учением трех мастеров (Президента Ояма Масутацу, Учи-
теля китайского кампо Саваи Кэнъичи и Учителя Накаму-
ра Хидэо), и параллельно позволяю себе делать выводы о
правильности выбранного пути. Третья, заключительная
часть трилогии «Дух Кёкусин» была написана через шесть
лет, в 1998 году. В этой части я постарался изложить свое
мнение о значимости Духа Кёкусин в воспитании современ-
ной молодежи, его общественной миссии и роли в развитии
современного общества.

Три раза я брался за перо и всегда старался честно и прав-
диво отразить те чувства, которые охватывали меня во вре-
мя написания каждой из частей. Возможно, читатели най-
дут некоторые несоответствия между частями и, надеюсь,
простят меня за это.

Написание этого труда у меня ушло более 20 лет. За
это время я многое пережил, стал взрослее и больше познал.
Парадоксы и несоответствия, которые читатель может иног-
да обнаружить в моих высказываниях, порождены лишь
только временным промежутком на долгом пути моей аске-
зы. Однако в целом мои убеждения не изменились.

Меня всегда привлекала сила, и сейчас, заново пересмот-
рев свой путь сорока лет занятий карата, я вновь не могу не

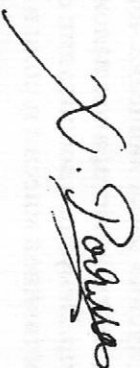
восхититься величием Учителей, остро чувствуя, что и по сей день иду дорогой, проложенной ими. Я постоянно задаю вопрос: "Что такое каратэ?", но даже сейчас четко ответить на этот вопрос не могу. Скажу лишь одно — логикой здесь ничего не добьешься. Ответ может дать только личный опыт, который я и пытаюсь изложить в этой книге.

Пользуясь случаем, я хотел бы от всего сердца поблагодарить Президента Федерации Кёкусин-кан каратэ-до России Михаила Викторовича Слипенчука, а также Александра Васильевича Нестеренко — члена Международного комитета федерации Кёкусин-кан. Благодаря этим людям, мои книги стали доступны большому кругу читателей в России. Я буду и дальше отдавать всего себя занятиям каратэ-до и прилагать все силы, чтобы сделать его полезным для общества.

В заключение позволюте добавить последнюю строку, в которой я хотел бы сказать: «Если мои книги помогут хотя бы одному человеку в его становлении на жизненном пути, мой труд проделан не зря».

忍押

OS



2004 год, середина лета

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

Путь к сути воинского искусства

Табла пербаа



ВАЖНОСТЬ
ХОРОШЕГО
УЧИТЕЛЯ

В ОБУЧЕНИИ У ТРЕХ МАСТЕРОВ

Будо¹ не было придумано однажды, вдруг, из ничего какой-то определенной личностью. Оно возникло потому, что многие поколения наших предков, тысячелетиями собирали и накапливали драгоценный опыт предшественников, оттачивали приемы боевых искусств и создавали четкие системы тренировок. Так, благодаря многим поколениям последователей, улучшавших и углублявших учение Будо, эти знания дошли до наших дней.



С Учителем Оама (1994, Новый год)

¹ Дословно «путь Воина». Включает в себя помимо внешнего боевого аспекта понятия самурайской морали и кодекса рыцарской чести.

В боевых искусствах Китая есть выражение: «На выбор хорошего учителя не жаль и три года потратить». Смысл этих слов в том, что лучше три года потратить на поиски хорошего учителя, чем все это время тренироваться впустую. Под словами «хороший учитель», вероятно, подразумевается человек, который, унаследовав опыт и традиции многих поколений мастеров, сосредоточил в себе опыт и знания, которые самостоятельно обычному человеку не постичь. Обучаясь именно у таких мастеров, становится возможным получить богатство знаний, накопленное воинами прошлого.

Понятно, однако, что встретиться с таким мастером не просто. И на его поиски может уйти не только три года, а иногда и вся жизнь.

Я благодарен судьбе — ведь мне в течение столь короткой жизни удалось обучаться у трех великих мастеров, подлинных, настоящих Учителей. То, что я смог у них перенять — безусловно, неоценимое богатство.

Но когда я оглядываюсь на путь, которым шел 33 года, и спрашиваю себя, а что же ценного создал лично сам Рояма Хацуо, — мне только и остается ответить: «Ничего!». У меня такое чувство, будто все это время я просто шел по пути, проложенному моими учителями, и старался найти ответы на вопросы, которые они задали. Конечно же, в начале моих занятий карата я совершенно этого не осознавал. «Я стал сильным, потому что очень старюсь», «Хорошо получается, потому что у меня есть способности» — в то время я только так и думал. Собственно так думает любой достаточно уверенный в себе молодой человек.

Думаю, мне повезло, что, занимаясь карата, я рано столкнулся с чувством отчаяния. Почувствовав безысходность, я смог познать свой предел и понять, что сам больше ничего сделать не смогу.

«Это конец! Своими силами и умом мне не решить подобных проблем, но тогда...».

Скорее всего, именно потому, что ощутился в таком положении и искренне почувствовал потребность в учителе,



В лесу храма Дзингу после тренировки
(автор сфотографировал Учитель Саваи, сентябрь 1967 год)

мне улыбнулась удача, и я встретился с тремя великими мастерами.

Встреча с людьми — это удивительная вещь! Пока время не пришло, с каким бы замечательным учителем ты ни столкнулся, много от него не возьмешь. И даже самое прекрасное учение пройдет мимо, если для тебя оно сейчас не жизненно важно, и настоящее познание не придет.

Раньше я уже говорил о разочаровании в карата и крушении надежд. В моем случае причиной тому стало поражение в поединке с Кадленбахом. До этого у меня была цель, я тренировался изо всех сил и был уверен в правильности



С Учителем Накамура Хидэо (1993 год)

своих занятий, но из-за этого проигрыша мой пыл вдруг угас. Мало того, я даже пришел к выводу, что в карате мне уже больше нечему учиться.

И я начал изучать другие виды боевого искусства: бокс, кикбокс, китайское кампо и т.п. Именно тогда мне и посчастливилось встретиться с мастером Накамура Хидэо.

Не было бы этой встречи — не было бы, вероятно, и Розыма Хадуо. Хотя, скорее всего, я продолжал бы поиски пути к силе и, наверняка, жил бы в мире, близком связанном с каратэ.

Люди, посвятившие себя воинским искусствам вообще, и каратэ, в частности, обязаны обучать этому других, а не держать в себе то, чему они научились. Более того, на их плечи ложится неслеткая задача — внести этим свой вклад в общество. Стать сильным только для себя — это обычный эгоизм. Да и вообще подобное желание — просто прихоть. И уж во всяком случае, удовлетворение подобного желания вряд ли можно назвать «путем». Если ищешь силы только для себя, если уступаешь этой страсти, мой совет — уйти в горы и живи один.

Если человек занимается каратэ-до, тогда все, чему он научился сам, должно стать полезным для общества. Я глубоко



На летних сборах.
Советы директору отделения Осаки



Открытие отделения в префектуре Сагами.
Автор обучает во «Дворце Молодежи» г. Каватучи



убежден, что именно в этом и заключается смысл нероглифа «道» (яп. «До» — путь) в слове «каратэ-до».

Понятно, что у «Пути», в отличие от спорта, не может быть конца. Любой, даже выдающийся спортсмен, достигнув определенного возраста, «уходит на покой», и, как правило, потом начинает заниматься тренерской деятельностью. Иначе говоря, он перестает тренироваться сам. В спорте это обычное дело, но в Будо — не так. Я уверен, стоит мне удовлетвориться нынешним положением, начать давать себе послажки в тренировках и поглядывать на других свысока, как я тут же сойду с великого пути «каратэ-до». Однако мои Учителя — Президент Ояма, Учитель Саваи и Учитель Накамура — поставили передо мной задачу, которая не дает остановиться, задачу на века. За это я им очень благодарен.

Невозможно заниматься чем-либо на протяжении 30–40 лет, испытывая только мучения и постоянно чувствуя к этому делу неприязнь, — я думаю, это касается любого «пути». Если только человек нормален, а не психологически исковерканая личность, он обязательно бросит занятия, не доставляющие удовольствия.

По моему мнению, если занятия каратэ стали доставлять «мучения», то дальше продолжать не имеет смысла. «Страдания» можно преодолевать, но если тренировки стали в тягость, то это уже очень плохо. Есть такое выражение: «не отвергать приходящих, не удерживать уходящих»¹. Каратэ — это не то, чем можно заниматься принудительно. Если занятия стали в тягость, сколько себя ни принуждай, ничего не получится.

Глядя на то, как страдают спортсмены, бегущие марафон, можно подумать: «Зачем им это? Если так тяжело, остановись, брось!». Но в этих страданиях они, как ни странно, находят ничем не заменимое «удовольствие». И, скорее всего, глядя на наши занятия, они тоже вправе подумать: «Что находят эти люди в том, что так издеваются

¹ Ояма говорил: «Нельзя выгонять людей, которые желают заниматься и нельзя удерживать тех, которые потеряли интерес и хотят уйти».

над своим телом?» О себе могу сказать, что я, безусловно, нахожу удовольствие в том, что другие принимают за «страдания». Но не поймите меня превратно. Конечно же, я не думаю, что «страдания» сами по себе являются «удовольствием». Это состояние, пожалуй, можно описать следующим образом — преодолевая страдания, понемногу приближаешься к некоей «цели». Вот тогда возникает «радость», которая и становится «удовольствием».

Такую «цель» и показали мне три великих мастера.

До этого момента перевал был окутан туманом, и дороги совершенно не было видно. Хотя это и был путь, уходящий за горизонт, но я его увидеть не мог. И вот, когда я наощупь бродил во мгле, появились великие Учителя, развели туман и показали мне путь, уходящий далеко-далеко в сверкающую даль. Может ли быть радость больше, чем понемногу приближаться к, казалось бы, недостижимой цели, сверкающей где-то там далеко впереди!



Летние лагеря в префектуре Чита



Борис суюмо Акиносима и Такатори с автором в дружеской беседе

Слово «цель» можно заменить словом «мечта» — это не столь важно. Так, три великих мастера подарили мне грандиозную мечту.

Как-то раз Президент Ояма сказал мне: «Упорно тренируйся, положи на это все свои силы. Ты должен поехать за границу и основать там питатель»¹. Это стало тогда моей мечтой, моей целью. В то время я был инструктором Кёкусинкайкан и до конца отдавался тренировкам с одной мыслью: «Я стану сильным. Я обязан стать сильным. Я поеду за границу и буду там побеждать этих огромных людей».

За этот год я понял, что значит отдавать всего себя поставленной цели.

Учитель китайского кэмпо Саван открыл мне другую грань знания. Однажды он сказал: «Когда ты станешь таким же стариком, как и я, то перестанешь спешить и сможешь беззаботно проводить время, словно обезьяна, греющаяся на солнце». Именно эта его беззаботная умиротворенность как

¹ Сама Масутану разделил Токио на четыре области: «Дзёхоку» (Северный замок), «Дзёто» (Восточный замок), «Дзёнан» (Южный замок) и «Дзёсай» (Западный замок). В Японии исторически сложилось так, что вся территория делилась на районы, центрами которых являлись замки-питатель, глава замка назначался императором.

раз и была следствием и проявлением силы. Ведь есть много ее разновидностей, но в данном случае это та сила, которую называют «мутаки но синкё»¹ — в сердце нет врагов». Нет ни неба, ни земли и между ними людей тоже нет — откуда тогда враги или сторонники? Это и есть состояние силы. Я тогда очень завидовал Учителю Саваи — ведь, достигнув именно такого состояния, можно будет обрести покой и мирно жить!

И тогда это стало моей целью, моей мечтой. Для того чтобы достичь состояния «мусин»² — состояния отрешенности — я полностью отдался тренировкам не только тела, но и психики.

Учитель Накамура показал мне всю глубину карата-до, обучил его духу и технике. Он говорил: «Любой мастер,



Вечеринка со служащими зала Рюма
«после проведения занятий под водопадом»

¹ Дословно «состояние души без врагов».

² Дословно «без сердца, состояние умиротворенности, в котором у человека отсутствует понятие врага и до поединка не доходит».

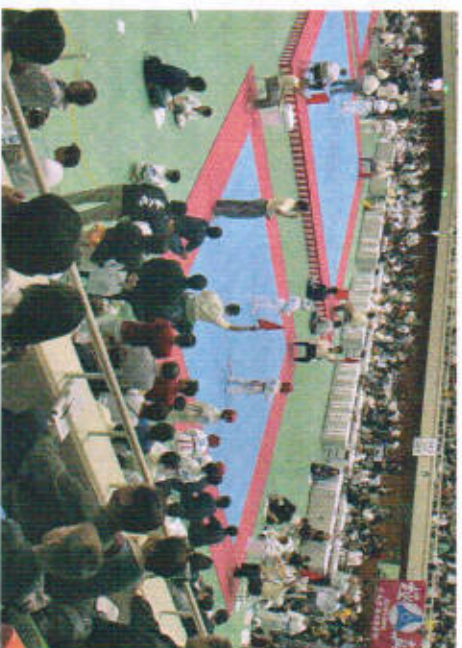
выдающаяся личность, как только бросает тренироваться, тут же становится обычным человеком. Каким бы человек ни был мастером, сколько бы его не хвалили, как только он перестает работать над собой — это уже не мастер». Учитель и по сегодняшний день сурово закаляет свое тело. Я уверен, что если даже сейчас толпа таких, как я набросится на него, она ни в коей мере не сможет противостоять Учителю Накамура. Те легендарные образы великих мастеров, которые я рисовал себе когда-то, абсолютно совпадают с его образом. Хотя бы отдаленно походить на него — вот что помогает мне выдерживать огромные нагрузки. Эта мысль никогда не покидает меня во время тренировок.

Все начинается с осознания цели, с мечты. Если у человека нет мечты, нет цели, то и прогресса не будет.

Один раз я услышал, как кто-то сказал: «Сильнее себя я никого не встречал, наверное, я самый сильный в мире». Тогда я подумал: «О, беднота...» Мне было искренне жаль его, потому что стало ясно — этот человек еще не встретился с Учителем, которому может отдать свое сердце, или, если



После тренировки с директорами международных отделений
(аистор — пятый слева, апрель 2004 года)



Чемпионат Японии по Кёкусин-кан каратэ-до
среди юниоров (май 2004 года)

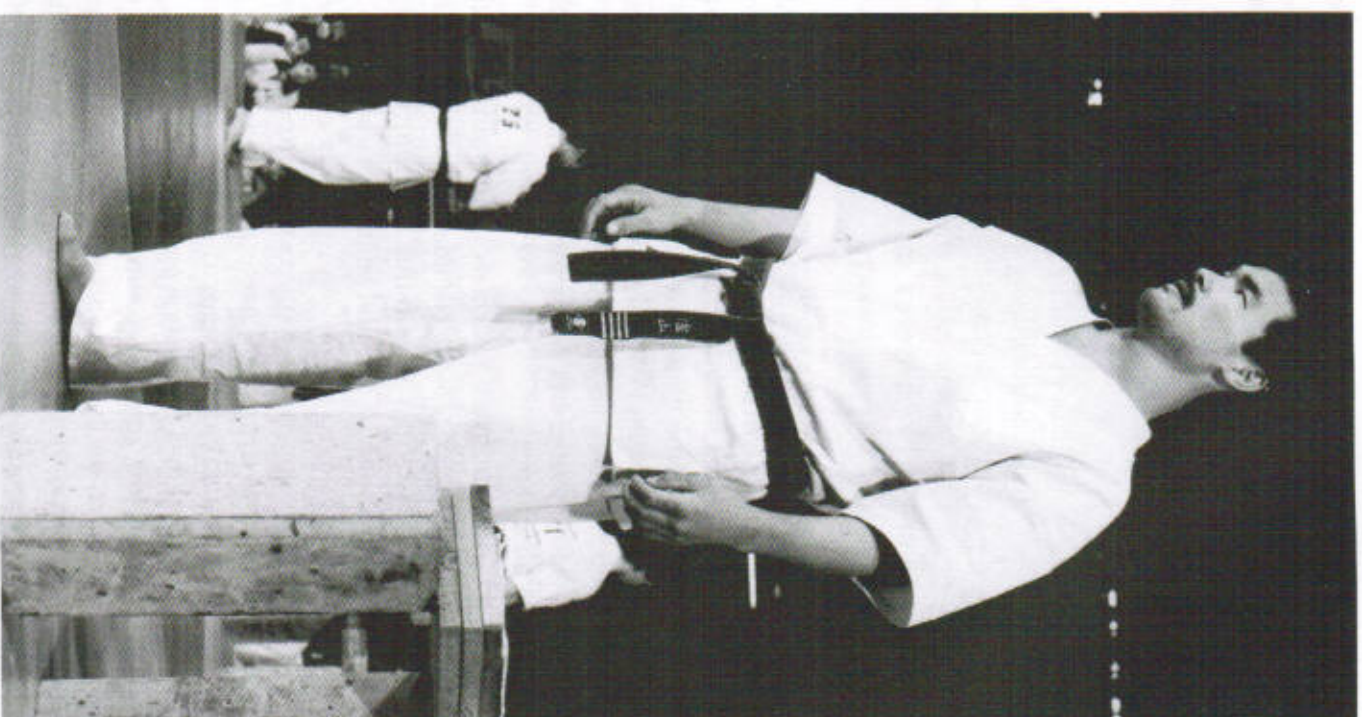
даже и встретился, то сам этого не замечает. Такого человека можно только пожалеть, у него нет будущего.

Пути, проложенные нам Учителями и древними мастерами, существуют, и пусть они не видны, но реальны, как рельсы, по которым мчатся поезда. И очень жаль, что, даже находясь на этом пути, невозможно почувствовать движения. Пусть этот бесконечен. Сколько ни иди — впереди всегда будет что-то еще. Чем глубже погружаешься, тем больше бездна, чем выше восходишь, тем больший простор раскрывается перед тобой.

«Будь всегда подобен новичку в начале пути», «Будь скромным», — пусть эти состояния не покидают тебя.

В каратэ-до не существует остановок и привязывания к чему-либо однажды достигнутому. Скорее всего, можно сказать, что «привязывание» находится в противоречии с «путем». Где бы мы ни были, чего бы ни достигли, мы должны всегда проникать еще глубже, подниматься еще выше. Идти по пути дальше и дальше. Поэтому-то каратэ-до и называется «путем».

Однако человек обязательно стареет, а с возрастом начинает терять и физическую силу. Это факт, от которого



никуда не денешься. Но ведь каратэ предполагает постоянный рост и продвижение вперед. Так что же, получается, это невозможно? — ведь мы знаем, что тего с годами дрихлеет!

Что же тогда делать?

Нужно просто найти то, что не зависит от физической силы и его можно развивать до самой смерти. Но что же это?

В прошлом я участвовал во многих соревнованиях и, без сомнения, добился кое-каких результатов. Но это было раньше, а сейчас эти результаты — всего лишь маленький эпизод на длинном пути моих занятий. Я никогда не искал ценности в своих результатах на соревнованиях. Более того, в некотором смысле ставить акценты на этом вообще опасно.

Люди не должны привязываться к прошлому, следует думать о настоящем, и это настоящее должно стать основой для будущего — вот мое мнение. Я даже думаю, что все прошлые завоевания вообще не имеют значения.

Каратэ-до — это в первую очередь воинское искусство, а не спорт, и спортом быть не должно.

Я считаю, что в занятиях спортом есть предел, а Будю этого предела не имеет.

Конечно же, и в спорте с каждым годом новые поколения улучшают результаты, бьют все новые рекорды. Сжимаются секунды на ближних и дальних дистанциях, увеличивается длина прыжка. И все же, если взять возможности конкретного спортсмена, например прыгуна с шестом, то можно ли себе представить, что обладатель мирового рекорда, будет показывать столь же высокие результаты и ставить новые рекорды до самой смерти? Я думаю, что это все же невозможно. Именно поэтому в спорте есть предел.

Если бы, например, спринтер или стайер осознал, что, несмотря на возраст, он будет прогрессировать, и до конца жизни улучшать свои показатели, то это уже можно было бы назвать «путем». Однако, и это весьма прискорбно,



Первый Чемпионат Японии по Кёкусэн-кан каратэ-до
(ноябрь 2003 года)

спортсмены, как правило, пройдя некоторый пик, в дальнейшем обречены на регрессию.

И я боюсь, что с современным каратэ при нынешней форме тренировок может произойти то же самое.

Действительно, например, дзюдо сейчас превратилось в соревновательный спорт, и пожилые люди им заниматься уже не могут. Вместе с тем кандо и сейчас здравствует, не потеряв ничего как «путь». Ван Сян-чжай когда-то давно говорил Учителю Саваи: «В дзюдо нет КИ, а в кандо — есть».

Так в чем же все-таки разница? Каково же истинное лицо этого таинственного КИ, которой нет в дзюдо, но есть в кандо? Я уверен, что здесь и лежит намек на разгадку, как можно продолжать идти по «пути» до самой смерти.

Учитель Саваи подчеркивал, что в Будю необходима некая «взрывная энергия», а не та сила, с помощью которой можно таскать 100–200-килограммовые штанги.

А может эта таинственная «сила КИ», и есть «взрывная энергия»?

Взрывная энергия — это не то, что можно развить, просто тренируя мышцы и наращивая силу. Это проблема

мозга и нервов, а также души и психики. Стимулируя мозг и нервную систему, занимаюсь духовной практикой, можно развивать «взрывную энергию», вернее «силу КИ» бесконечно. Годы — не помеха совершенствованию психики, поиску подлинного облика души, и поэтому совершенствование можно продолжать до самой смерти.

Учитель Саваи в 30 лет, в пору расцвета его физических сил, был буквально уничтожен стариком Ван Сан-Чжаем, а ему было уже за 60, почтенный возраст! Именно образ старого Учителя Ван Сан-Чжая, который с годами становится только сильнее, должен стать примером для того, кто посвятил себя боевому искусству, кто стоит на пути каратэ.



Биографии моих учителей

Оаса Масумцу



Июнь 1923. Родился 4 июня (по старому японскому календарю — 27 июля 12 года эпохи Тайсё) в г. Токио.

Март 1925. Временно переезжает к старшей сестре в Маньчжурию.

Апрель 1936. Поступает в младшую школу в г. Сеул, Корея.

Тогда же начинает изучать китайское кэмпо — «технику 18 рук» и уже во втором классе получает первый дан.

Март 1939. Поступает в школу юных летчиков в префектуре Яманаси (Япония).

Сентябрь 1939. Становится учеником Фунакоси Тичин, первого мастера, познакомившего Японию с каратэ.

Апрель 1941. Продолжая занятия в университете Такусё-ку, получает второй дан по каратэ.

Сентябрь 1945. Создает в Токио лабораторию под названием «Эйва каратэ-до», где исследует каратэ.

Апрель 1946. Поступает в университет «Васада» на отделение физкультуры.

Октябрь 1946. Уходит в горы Минобу, где продолжает совершенствоваться в каратэ.

Сентябрь 1947. Становится победителем Первого послесезонного Чемпионата Японии по каратэ-до, проводившегося в Киото во дворце «Маруяма».

Апрель 1948. На 18 месяцев уходит в горы Кийёсуми в префектуре Чиба, решив посвятить жизнь каратэ.

Ноябрь 1950. Вступает в бой с быком в районе Татаяма префектуры Чиба. Поселается неподалеку от скотобоини, продолжает тренироваться и одерживает победы в 47 боях с быками, четырех из которых убивает.

Май 1951. По просьбе американской стороны начинает преподавать каратэ американским солдатам в г. Дзама, Фучю, Тачикава, Ёкосука, Токородзава, Ёкота и Йокогама.

Июль 1951. Начинает заниматься дзюдо в зале Сона (Токио, район Асагава).

Март 1952. Первый раз летит в Америку, где устраивает показательные выступления, обучает каратэ и участвует в семи серьезных поединках, в которых одерживает победы.

Апрель 1954. Снова отправляется в Америку, где производит фурор, демонстрируя мощь карата. Проводит в Чикаго поединок с быком. Демонстрирует сверхчеловеческие возможности, ребром ладони отрубив рог и свалив разъяренного быка одним ударом. В Нью-Йорке у него появляется множество учеников.

Май 1954. Открывает свою школу на пустыре в районе Мэдзиро в Токио под официальной вывеской «Ояма Додзэ». *Февраль 1955.* Совершает турне по США, Южной Америке, заезжает в Европу, где встречается в поединки с профессиональными борцами. В сентябре возвращается в Чикаго, где вновь проводит поединок с быком.

Апрель 1956. Отправляется в экспедицию на Окинаву, объезжает многие районы Юго-Восточной Азии, где изучает различные стили Кэмпо и привносит некоторые элементы из этих стилей в «Ояма карата».

Июнь 1956. Снимает зал старой балетной школы в районе Икэбукуро (Токио). Здесь открывается первый постоянный зал «Ояма додзэ», который и лег в основу всемирно известного «Кёкусин-кайкан».

Январь 1958. Выходит первая книга «What is Karate». Книга была издана на английском языке и стала бестселлером за границей.

Сентябрь 1958. По приглашению штаб-квартиры ФБР едет в Вашингтон, где в течение двух месяцев преподает карата.

Октябрь 1958. Преподает карата в Пехотном Училище Вест-пойнт.

Июль 1959. Выступает в роли главного судьи на Первом Чемпионате по карата-до на Гавайях и проводит показательные выступления.

Октябрь 1963. Начинает строительство нового здания Международной Федерации карата-до Кёкусин-кайкан.

1964. Получает японское гражданство. *Январь 1964.* Посылает в Бангкок трех своих учеников во главе с Одзава Нобору, где они проводят поединки с бойцами Муай-Тай и выигрывают со счетом 3:2, что сильно поднимает престиж японского карата.

Июнь 1964. Официальное открытие Хомбу «Кёкусин-кайкан».

1966–1968. Активно развивает Кёкусин карата за пределами Японии. Открывает отделения в Америке, Европе, на Ближнем и Среднем Востоке.

Сентябрь 1969. Проводит в Токийском дворце спорта Первый Открытый Чемпионат Японии по карата-до.

Ноябрь 1975. Проводит в Токийском дворце спорта Первый Открытый Чемпионат Мира по карата-до.

Ноябрь 1979. Проводит во Дворце «Будокан» Второй Открытый Чемпионат Мира по карата-до. Получает орден от короля Иордании.

Июнь 1983. Проводит Первый Чемпионат по карата-до в Венгрии, который стал первым чемпионатом Кёкусин карата в социалистическом лагере.

Январь 1984. Удоставляется награды за развитие культуры от Правительства Бразилии.

Ноябрь 1987. Проводит во Дворце «Будокан» Второй Открытый Чемпионат Мира по карата-до.

Ноябрь 1991. Проводит Пятый Открытый Чемпионат Мира по карата-до.

26 апреля 1994. На 71 году жизни покидает этот мир.

Саваи Кэнъичи



Саваи Кэнъичи родился в декабре 1903 года в г. Токио. С раннего детства полюбил боевые искусства. Занимался дзюдо у таких мастеров, как Току Санпо и Мифуна. Владел кан-до и иайдо.

В 1931 году в возрасте 28 лет оканчивает Пехотное Военное Училище. В этом же году Саваи Кэнъичи направляют в Китай в качестве военного атташе при органах особого назначения Квантунской Армии. В Китае, проверяя силу японского Будо, Саваи Кэнъичи встречается с различными мастерами китайского кэмпо и всегда выходит победителем. Через несколько лет ему предлагается служить в качестве инструктора в Тайване. В 1937 году он встречается с Мастером Ван Син-чжай¹ основателем стиля «Икан» кит. И-цзюань, которому он с позором проигрывает. Тогда Саваи Кэнъичи решает поступить к Мастеру в ученики, но это оказывается не так просто. Саваи Кэнъичи каждый день на протяжении месяца ходит к дому Учителя, и только после написания клятвы кровью, наконец, становится его учеником.

Прозанимавшись 11 лет у Мастера, в 1947 году он получает разрешение от Ван Син-чжай назвать свое направление «Тайкикан» и возвращается в Японию. В Японии он продолжает хранить традиции Учителя Вана, не открывает зала и занимается на природе.

Спустя некоторое время у него появляются последователи, которых он начинает знакомить с настоящим китайским кэмпо.

Он становится основателем стиля Тайки-сисэй и получает признание как великий мастер Будо.

Жизнь Учителя Саваи является примером служения искусству Будо.

¹ 1886–1963 годы.

Накамура Хидэо



1913. Накамура Хидэо родился в 1913 году. С 9 лет начинает занятия Будо, с 14 лет серьезно изучает каратэ.
1930. Будучи учеником, поступает в училище Будо, параллельно занимаясь в старшей школе № 3 г. Киото.
- На первом курсе Киотоского университета становится инструктором Будо и продолжает сам активно тренироваться.
1937. Оканчивает Киотоский университет.
1943. «Всеобщая японская ассоциация воинской доблести» присуждает звание Рэнси и вручает шестой дан.
1947. В префектуре Яманаси г. Кофу открывает школу каратэ-до под названием «Сютокукан» (зал постижения искусства).
1956. «Всеобщая японская ассоциация воинской доблести» присуждает звание Кёси и вручает восьмой дан.
1957. Создает «Федерацию каратэ-до префектуры Яманаси» и становится ее первым президентом.
1961. Директор отделения каратэ «Всеобщей японской ассоциации воинской доблести».
1966. В возрасте 53 лет получает 10 дан от «Всеобщей японской ассоциации воинской доблести».
1968. Переломный год в осознании сути каратэ. С этого момента называет свой стиль Кэндо («путь кулака»).
1983. Председатель общества «Кэндокай», созданный его ближайшими учениками для дальнейшего развития стиля.
1997. Передает звание председателя своему последователю г-ну Исияма, а сам становится Верховным Учителем кэндокай.

В настоящее время мастер Накамура Хидэо продолжает активно тренироваться и воспитывает молодежь.

ВОСТОМИНАНИИ О ПРЕЗИДЕНТЕ КЁКУСИН-КАЙКАН ОЯМА МАСУТАЦУ



У каждого из трех выдающихся мастеров, с которыми свела меня судьба, были свои, ярко выраженные черты характера. Если взять главу Кёкусин — мастера Ояма Масутацу, то я сказал бы, что он был выдающимся, эффектным, чрезвычайно пылким человеком. Не знаю другого человека, у которого бы так четко было выражено собственное «я».

Есть такое выражение, характеризующее одну из граней поведения воина: «Самурай, хоть и не ел, а сыто отдувается». Как бы ему ни было тяжело, каким бы страстным занятием или чувством он ни был одержим, он и виду не подаст, и никогда не покажет, что с ним что-то не так. Ни о каких низменных проблемах, например о деньгах, не могло быть и речи. Учитель всегда жил в каком-то другом, высоком



измерении, вот какое впечатление оставалось после знакомства с мастером Ояма.

Вместе с тем он не отрывался от реального мира. Напротив, я нередко слышал от него слова: «В мире самое страшное — это голод».

Он часто говорил нам, директорам отделений: «Вы учителя, инструкторы, но не забывайте и о том, что вы руководители. Директор, не имеющий способностей к руководству, — не директор». Он часто твердил: «Ресторан, которому суждено разориться, — разорится, пусть он находится в самом выгодном месте. Следует основное внимание концентрировать на методе ведения любого дела, а не путаться в мелочах».

«Борьба» — это не то, что происходит только на ринге или на соревнованиях. И, конечно же, это понятие гораздо шире, чем обычный бой с конкретным противником. Сама жизнь — это поединок. Если ты вступишь в бой, то должен победить!

Есть выражение: «Подъем и упадок — в порядке вещей», и для нас «упадок» — это проигрыш. Принимай это как должное, а вот если ты ловчишь, избегаешь борьбы, то это и есть поражение. Человеку суждено бороться до самой смерти. Возьмем, например, болезнь. Если ты за-



После лагерей в хиросимском отделении г. Хиросима
(январь 1978 года)

болел, то вот он, твой враг — болезнь. И ты должен его победить.

У главы нашей школы мастера Ояма я научился жить, не щадя себя. И убежден, что «Дух Кёкусин»¹ — это жить в полную силу. Учитель никогда не искал легких путей, это был демон Асура², мчавшийся по краю пропасти. Именно поэтому в Кёкусин есть дух «ОС». Как раз это я до мозга костей, до боли прочувствовал на себе. Человек на самом деле довольно слабое существо. И я многому научился у мастера Ояма, научился не внешнему, показному, а скрытому, истинному. У него тоже были слабости, у кого их нет, но его сила была в том, что этим слабостям он обьявил беспощадную войну. Учитель столько усилий прилагал на этом пути, что я «не гожусь ему и в подметки».

В тяжелейшее послевоенное голодное время он не изменил любви к каратэ. От скромного районного зала прошел путь до всемирно известного «Кёкусин-кайкан». Я склоняю голову перед гигантскими усилиями, которые приложил глава «Кёкусин» для развития нашей школы.

¹ Яп. «Кёкусин-сэйсин».

² Образ воинственности в храмах изображается в виде трехликого божества с шестью руками.

Но при этом, я думаю, нельзя не почувствовать, так сказать, «руку судьбы», влияние неких сил, превосходящих обычный человеческий разум. Мы, конечно, и не могли себе представить, что станем когда-нибудь директорами отделений или будем вообще зарабатывать на жизнь, занимаясь карата. Да и сам Оама тоже никогда не ставил себе такую цель. Он часто говорил впоследствии: «Я однажды вдруг заметил, что это уже факт». Мне кажется, что так оно и было. Просто результаты савпадений наших усилий с внешними обстоятельствами стали движущей силой развития Кёкусина. Наверное, это и есть сила «судьбы» самого Оама Масутацу. Или, как у нас говорят, «сила добродетели человека».

В то время Будо карата подвергалось острой критике, его считали феодальным пережитком, пытались представить «порочным стилем», обычной дракой в полный контакт. В этой ситуации, можно сказать, в окружении врагов Оама как настоящий воин принимает отчаянный бой, и ему удается полностью изменить общественное мнение о карата на совершенно противоположное. Достижения главы школы и здесь заслуживают максимальной оценки. Благодаря усилиям Мастера Оама, карата получило мировое признание, хотя, вероятно, в узких кругах, оно и раньше было оценено по заслугам.

ВОСПОМИНАНИЯ ОБ УЧИТЕЛЕ КИТАЙСКОГО КЭМПО САВАИ КЭНЬИЧИ



Учитель Саваи и автор с дипломом «Кёсен» по стилю китайского кэмпо «Тайкингэн» (31 июля 1986 года)

Когда Япония потерпела поражение в войне, учитель Саваи как раз находился в Китае. Шок от этого известия был настолько силен, что Учитель посчитал дальнейшую жизнь невозможной. Вместе с женой они решили покинуть этот мир, взяв с собой и ребенка. Учитель собрался убить ребенка спящим. Он уже занес над ним меч, но никак не мог заставить себя нанести смертельный удар. В этот тяжелый момент и появился его Учитель, мастер кэмпо — старик Ван Сан-чжай. Тогда-то старый учитель Ван и прояснил Саваи смысл иероглифа «^学»¹ — учиться.

¹ Яп. «манабу», кит. «сюэ» — учиться.

У знака «Учиться» нет родины. Не ты ли учился у меня китайскому кэмпо? У этого знака «Учиться», есть еще два значения «обучаться» и «обучать», но в них нет ни единого намека ни на нации, ни на границы, ни на религию. Здесь есть только отношения между учеником и учителем. Если ты учишься, то тем самым берешь на себя ответственность обучать дальше других тому, чему научился у меня. И ты уже возложил эту ответственность себе на плечи. Поэтому бросай умирать, а поезжай лучше в Японию и обучай этому искусству молодежи.

Не появился в тот момент китайский мастер Ван Сан-чжай, Учитель Савай бы умер. Он избежал смерти лишь потому, что правильно уловил значение слова «учиться».

Действительно, между людьми, изучающими карата, не может быть других отношений кроме «обучаться» и «обучать». Истинный дух занятий — это обучение и здесь нет места понятиям наций, границ и тому подобного. Независимо, какой пост занимает человек, и откуда он родом. В мире воинских искусств, в мире карата достаточно единого духа, имя которому «Учеба».



На летних сборах в префектуре Чинба
(истор — в первом ряду третий слева)



На свадьбе у сына Учителя Савай Кэньичи

Однако не поймите меня превратно. Здесь я вовсе не имею в виду, что следует отбросить свою религию или национальность. Наоборот, я как раз считаю, что национальное самосознание для человека очень важно. Просто не стоит на этом замыкаться. Так же, как в семье существует уважение к родителям и дружба между братьями и сестрами, так и в «мировой семье», которой все мы являемся, отношения следует строить на той же основе. Космополит в настоящем смысле этого слова, вовсе не отказался от своего народа. Японец, уехавший из Японии и заговоривший по-английски, вовсе не стал космополитом. Космополит — человек мира — это тот, кто имеет четкое самосознание и уважает позиции собеседника, не взирая на национальные различия. И когда такие люди учатся или обучают — здесь-то и рождается дух истинной учебы.

Далее я хочу рассказать один случай из моей жизни. Эта история произошла, когда мне было 25 лет. К тому времени я занимался карата около 10 лет. Проходил Пятый Открытый Чемпионат Японии по карата-до. Токийский



На пресс-конференции в Украине (слева направо — А. Нестеренко, Т. Наузидеков, Н. Жидин, автор, переводчик В. Шатюккина, М. Сапленчук, Э. Ереженко, февраль 2004 года)

Дворец Спорта был битком набит зрителями. Я впервые принимал участие в таком турнире и по счастливой случайности мне удалось победить. Но, как ни странно, в моей душе не было и капли восторга.

В то время я помогал моей старшей сестре, которая держала ресторанчик «Якиннику»¹ в г. Каватучи. Мы тарелки, резал мясо, а все свободное время уделял занятиям карата. Естественно, мои знакомые не принимали меня всерьез, и считали, mildly выражаясь, чудаком. И я не мог отнестись к этому безразлично. 25 лет — это возраст, когда уже следует подумать о будущем, о родителях, сестрах и братьях. Кроме того, каждый раз, когда я слышал разговоры притягелей о карьере и успехах, меня охватывало беспокойство, мне казалось, я нахожусь на обочине, выпал из общего потока и что-то упускаю. И вот тогда Учитель Саван рассказал мне о поломанных часах, у которых не двигаются стрелки.

¹ Национальное блюдо, приготавливаемое из мяса.

«Роима-кун, — сказал он, — даже такие часы ни в коем случае нельзя выбрасывать. Ведь они два раза в сутки показывают правильное время. И это происходит не потому, что поломанные часы догоняют время, а просто время подстраивается под часы. Точно так же и ты, если будешь гнаться за жизнью, вряд ли из этого выйдет толк. Мир ведь штука жесткая. Но если ты пойдешь своим путем и будешь продолжать работать над собой, то качества, которые ты воспитываешь в себе, занимаешь боевым искусством, обязательно станут нужны миру». Он так и подчеркнул — не сомневайся и продолжай тренироваться. Эти слова мне много прояснили.

Как-то раз Учитель рассказал мне еще одну историю про каштан и зерно.

— Не будем рассуждать о том, что хорошо, а что плохо. Просто скажу тебе, что многие люди, живущие в этом мире



В период обучения у Мастера китайского кэмпо Саван Каньичи (1968 год)

подобны зернам. Попробуй положить одно зерно в корзину с другими такими же зернами и перемешать, вряд ли ты после этого сможешь найти то же самое зерно. Но если в эту корзину положить каштан, то, сколько его не перемешивай с зерном, найти каштан будет чрезвычайно просто. Ты не должен терять свою индивидуальность. Стань таким, как этот каштан. За границей ли, в Японии — неважно, стань настоящим, и люди сразу увидят, что есть Рояма Хацую... Этот рассказ глубоко запал мне в душу, и я помню его до сих пор. Желание стать таким «каштаном» заставляет меня еще больше работать над собой.

Это случилось лет 10 тому назад. Настало время, когда я должен был получить свидетельство «Кёси»¹ — Мастер боевых искусств. К тому времени Учитель Саваи тяжело заболел. У него был диабет, и состояние его все ухудшалось. Он пригласил меня, и я приехал. Глаза Учителя были затуманены, он практически ничего не видел. Потом я узнал, что у него был рак, к тому времени поразивший практически все тело. И вот в таком состоянии Учитель, едва я вошел, сказал: «А ну-ка, давай потренируемся», и потом, в течение двух или трех часов, швырял меня, как трипку, а я не знал, куда деваться от его ударов.

Что он мне тогда объяснял, и совершенно не помню. Единственный вопрос стоял передо мной: «Почему он пылает этой страстью? Как стать столь одержимым Будо?» Помню, лишь, что во время занятий у меня текли слезы, и я ничего не мог с этим поделать.

Он был практически слеп, тело его уже разрушилось. Я так и не понял до конца, что хотел передать мне Учитель в

эту последнюю встречу. Но я увидел всепобеждающую страсть Мастера к воинскому искусству. Таким я запомнил его навсегда.

Одного этого уже достаточно, чтобы понять, каким был Учитель Саваи.

Я благодарен Учителю Саваи от всего сердца. Он открыл мне глубину китайского кэмпо, показал пример настоящего воина, полностью отдавшегося пути Будо, передал свою страсть. И я так же, как и он, буду гореть этой страстью до самой смерти.

¹ В Будо также существуют три разновидности титулов для мастеров боевых искусств. В Кёкусин карата Ранси присваивается людям, имеющим 4-й дан, при условии, что они ведут безупречную социальную жизнь. Кёси присваивается людям, имеющим 6-й дан, при условии, что они ведут безупречную социальную жизнь и обладают обширными знаниями в области Будо. Ханси присваивается людям, имеющим 8-й дан. При этом считается, что человек в совершенстве овладеет технической стороной искусства и, благодаря своему безупречному поведению в обществе, является образцом для других.

УЧЕНИЕ МАСТЕРА НАКАМУРА ХИДЗО



С учителем Накамурой через 20 лет после занятий в его школе
(1992 год)

Я встретился с учителем Накамурой в период, когда временно отошел от мира карата и активно занимался боксом, кик-боксом и китайским кампо. Не было бы этой встречи и в мире карата Рояма Хацуо, вероятно, никогда бы не вернулся. Гини бы где-нибудь в мире «Какутоти» — кудачных боев и силовых единоборств.

Во время нашей первой встречи Учитель Накамурой вел разговор в стиле, показавшемся мне очень сложным. Он развивал некую теорию, понять которую я не мог. Ведь я был молод: простой интересный рассказ — да, но за сложной его мыслью мне было не угнаться. Но все же Учитель призвел на меня ошеломляющее впечатление, и я решил учиться у него.

В самом начале, увидев, как я тренируюсь, Учитель сказал: «Ты не владеешь приемами карата. К тому же у тебя нет скорости».

Это было для меня новостью. К тому времени я уже поработал инструктором в штаб-квартире Кёкусин карата, занимался китайским кампо, боксом и кикбоксом, побил массу бойцов различных направлений, а мне говорят, что я не владею приемами, и у меня нет скорости, да как такое может быть? Я абсолютно не понимал, о чем он говорит, а может, не хотел понимать?

К моему стыду, прошел очень долгий срок, прежде чем я разгадал, что имел в виду Учитель.

А случилось это через 15 лет после моего поступления в ученики к Мастеру Накамуре. Я стал уже директором одного из отделений Кёкусин и пригласил Учителя Накамурой на первый тест по карата, который я проводил. Тогда учитель, просмотрев все, начиная с «кихон» — базовой техники, перед заключительным поединком сказал мне следующее.

— Рояма, подумай, зачем ты делаешь «кихон»? Я посмотрел их поединки, ведь их «кихон» мерты!



На первом тесте в отделении префектуры Саитама



Поединок с Мастером Окадзакэ

Это было все, что он сказал, но меня внезапно осенило, — я вдруг вспомнил те слова, сказанные Учителем 15 лет назад: «Ты не владеешь приемами», и смысл сказанного тогда — открылся мне сейчас.

Вероятно, Учитель хотел сказать вот что: «Приемы карата — это вовсе не значит ради забавы махать руками и ногами. Применить именно "приемы карата" в бою, возможно, только после того, как основательно и глубоко усвоены движения "кихон" — базовой техники. На соревнованиях многие используют технику, которая сильно отличается от базовой, пользуются приемами, которые они даже не изучали. Это техникой карата назвать нельзя. Вот когда движения "кихон", выученные на тренировках, могут быть мгновенно использованы в бою, — тогда это и есть "техника карата"».

Конечно, в каждой области воинского искусства есть своя техника, есть она и в боксе, и в кикбоксе. Но если ты занимаешься карата, а технику карата применить не можешь, то тут и говорить не о чем. Если взглянуть на то, что происходило в зале глазами Учителя, то получалось, что в поедин-



ках карата именно техника карата и не применялась. Представляю, что он при этом почувствовал! Там можно было увидеть, что угодно — приемы, надернанные из бокса, кикбокса, вообще то, что можно встретить в уличной драке людей, не имеющих понятия о боевом искусстве.

Значит, в его словах о том, что Хацую Рояма не владеет техникой карата, был скрыт вопрос: «Почему техника, казавшись бы, хорошо освоенная за время многолетних занятий в зале, оказывается бесполезной в реальном поединке?» Вероятно, потому, что между техникой, применяющейся в поединке, и базовой техникой нет связи. Пока это так — все это «искусством карата» назвать нельзя.

Сам Учитель говорил, что много лет подряд продолжал усердно заниматься именно отработкой базовой техники. Его партнером в этих тренировках был мешок с песком. Изо дня в день, с утра до вечера отработывал он простейшие базовые движения. Блок — удар, блок — удар, в каждое движение он вкладывал всю свою душу, и так — много лет. Он говорил, что если не вкладывать всего себя в

каждую мелочь, то все бесполезно, сколько бы повторений ты ни делал.

И вот однажды, когда в результате этих бесконечных повторений, станет возможным применить эту технику мгновенно, тогда-то она и станет «техникой карата».

Как-то раз Учитель меня спросил: «Как ты думаешь, что значит — кумитэ¹? Это значит, что ты и партнер применяют движения, разученные и усвоенные при отработке базовой техники. Еще есть термин “свободный поединок”². Так вот, это значит, что ты в поединке свободно применяешь усвоенную тобой ранее технику и больше ничего. “Свободный” — это вовсе не значит беспорядочно махать руками и ногами и делать все, что на ум придет».

И для этого на тренировках, отработывая базовые движения, нужно постоянно обращать внимание на то, сможешь ли ты применить их в реальном бою, и если нет, то почему? Тогда следует копаться глубже, всматриваться в каждое движение. Самым важным может оказаться, например, как стоит большой палец ноги, когда ты делаешь шаг, или линия позвоночника, куда направлен твой взгляд, даже выражение лица. Ничего нельзя упускать, все требует тщательного изучения. Это самый главный момент в изучении и отработке «кихон».

При таком подходе *ката* и базовая техника, которые не могут быть применены, вероятно, отпадут.

«Если тщательно обдумывать и изучать собственные движения, то и движения партнера станут тебе понятны, — говорил Учитель. — Осознавая свою позицию, начинаешь понимать и то, как противник может напасть на тебя. И, может быть, доскональное изучение поможет увидеть то, что превосходит и врага, и тебя — действия целого века вообще».

Мне кажется, что я понял, наконец, мысль Учителя, когда он говорил: «Сакральный смысл карата лежит в занятиях кихон».

¹ Поединок, работа с партнером.

² Яп. «дзин-кумитэ».



Перед входом в сад в доме Учителя Накамуры
(время ученичества в Киофу, октябрь 1972 год)

На то, чтобы осознать слова Учителя Накамура: “у тебя нет скорости”, — потребовалось тоже немало времени. Я был в некотором роде уверен, что скорость у меня все же есть и совершенно не мог себе представить, что стоит за этой фразой.

Мне тогда было 19 лет, и я знал, что на один удар противника могу ответить четырьмя-пятью ударами. И мне, конечно, было непонятно, почему говорят, что у меня нет скорости. Я не мог с этим мириться и спросил у него, как можно поднять скорость. Учитель ответил: «Осознай, что у тебя нет скорости». Сейчас я понимаю, что он был прав, но тогда, естественно, я ничего не понял.

А смысл этого мне удалось постигнуть значительно позже. Как-то на одном из показательных выступлений Учитель демонстрировал разбивание балочного бруса, и это было впервые записано на видео. Оператор сказал, что, сколько он ни пытался просмотреть этот момент в замедленном режиме, — движение руки Учителя увидеть так и

не удалось. Меня, помню, это очень поразило, и я решил спросить Учителя, с какой же скоростью движется его рука. И тогда я услышал в ответ: «Рука выдающегося мастера должна двигаться со скоростью от 1000 до 1200 км/час, у меня же скорость составляет где-то 700–800 км/час. Вероятно, это было скромное преуменьшение, ведь он расставлял ребром ладони молодой бамбук и стальную проволоку. Тогда-то я и осознал, что Учитель имел в виду 20 лет назад, говоря: «У тебя нет скорости». И я, неожиданно для себя, воскликнул «Черт возьми! Чем же я занимаюсь все это время!».

Понять свое несовершенство — вот это и есть самое главное. Например, осознание того, что скорость недостаточна, позволяет поставить перед собой новую цель и добиваться большей скорости. Если же будешь уверен, что скорость у тебя есть, сколько ни тренируйся, большей скорости, чем владеешь — не добьешься.

Осознание собственной слабости порождает желание добиваться большего. При этом сначала рождается образ, например — «хочу поднять скорость». Этот образ закрепляется в сознании и, благодаря постоянным тренировкам, начинает стимулировать мозг, в свою очередь мозг начинает отдавать команды нервам. Так, понемногу, постепенно, это реализуется в движение.

Прием в каратэ можно назвать стремлением реализовать несбыточное. Другими словами — сделать возможным невозможное. Преследовать то, что кажется недостижимой целью, постоянно держать этот образ в сердце и так отрабатывать движение. Это и есть самое главное в тренировке. В занятиях обязательно должна присутствовать мечта, идея, если ее нет — ничего не достигнешь.

Именно это имеет в виду Учитель, когда говорит, что путь к скорости и технике начинается в «сердце». Все действия человека — всего лишь проявления его внутреннего мира, его души. Поэтому о каратэ можно сказать, что — это *Дзэн*. Дзэн, где просветление получают через закалку соб-

ственного тела. Закалка физическое тело, преодолеваешь душевную слабость и несовершенство, а возвышая дух, еще больше укрепляешь тело. Дух и тело должны слиться воедино. Отсюда, естественно, следует, что приемы, в которых нет духа, нет воли — это не истинное искусство. Каким бы красивым ни выглядело движение, как бы хорошо оно ни получалось, без души оно не станет настоящим приемом. Ведь в нем не скрыта истинная сила.

Приемы или ката, какими бы красивыми и сильными они ни выглядели, как бы много их ни запомнил человек, и сколько бы он их ни оттачивал, никогда не станут настоящими, если человек не проливал пота, слез и крови, пусть даже кажется, что он прекрасно ими овладел. В китайских боевых искусствах есть выражение «кулак изыщен как цветок, движениями ног плетет узоры». Это очень точно описывает суть многих школ — на первый взгляд выглядит очень эстетично, но в реальном бою эта техника абсолютно бесполезна.

Траба Ёмораса



В ПОСТИЖЕНИИ
СУТИ
ВОИНСКОГО
ИСКУССТВА

ТЕХНИКА И ДУХ КЁКУСИН КАРАТЭ



На тренировке вместе с Ойма Масутацу

Если меня попросят кратко объяснить, что такое Кёкусин каратэ, вероятно, я скажу: «Это боевое искусство, основанное на идее непосредственного удара».

Сейчас в мире каратэ полный контакт стал обыденной вещью, и на это повлияла теория каратэ, выдвинутая Ойма Масутацу. Лет 30–40 назад в мире главенствовало бесконтактное каратэ.

Существует следующая теория, дающая ответ на то, почему так было.

Сакраментальный смысл каратэ в победе над противником одним ударом, иными словами любой удар должен быть смертельным. Если исходить из этого положения, то от

реального удара партнер должен непременно погибнуть. Но так как в этом случае тренировки становятся чрезвычайно опасными, то сам собой напрашивается вывод — удар следует останавливать в дюймае от тела партнера.

Но на самом деле это было просто отговоркой в мире карата того времени. Этот парадокс и заметил Учитель Ояма. Он увидел, что занимающиеся каратэ тренируются небрежно, не отдаваясь искусству полностью, а ведь так невозможно овладеть мощью смертельного удара. Эта мощь рождается в суровой ситуации «проигрыш может грозить смертью». Но тренировки, предполагающие такой подход, не проводились. Напротив, бойцам, реально не обладающим смертельной мощью, запрещалось наносить удары. Мало того, им еще и говорили, что бить — опасно для жизни. Это очевидное несоответствие и заметил Ояма. Позеры, на деле не владеющие смертельными ударами, останавливая атаку в дюймае от тела, горячо спорили, кто выиграл, а кто проиграл, и при этом еще радовались или огорчались до слез. Скорее всего, он не мог вынести подобной ситуации, образ таких «бойцов» претил ему.

В то время, когда школа Ояма только создавалась, к нему в зал перешло немало парней, занимавшихся до этого бесконтактным каратэ. Тут-то они и столкнулись с суровой реальностью. Раннее человеку внушали, что от его удара ногой противник обязательно умрет, и он сам в это верил. А здесь он убеждался, что в реальном поединке, несмотря на попадание, противник не только не умирает, но даже не падает.

Исход поединка не узнаешь, пока реально не сразишься. В этом смысле Ояма был чистым «реалистом». Победу в бою он присуждал только тогда, когда противник окончательно повержен. Я думаю, большое влияние на решение — именно так организовать занятия — оказали его многочисленные реальные схватки с профессиональными боксерами и борцами в Америке. Там было только так: или ты победишь, или тебя уложат.

Именно потому, что он четко осознавал — проигрыш в таком поединке может стоить жизни, — Ояма очень много тренировался. Вот что рассказывал Учитель Саваи о Прециденте Ояма.

— Как-то раз, утром, я вышел по делам. Мой путь проходил мимо дома Ояма, и я увидел, как он истоиво упражняется со штангой. Решив все свои дела, и возвращаясь, я снова оказался возле его дома. И тут я увидел, что он продолжает делать все то же упражнение.

Учитель Ояма, действительно, относился к каратэ крайне серьезно. Во-первых, он чрезвычайно много тренировался, во-вторых, его тренировки были концентрированными и целенаправленными. Об этом и хотел сказать Саваи Кэнъичи. Говорят, когда случилось, что Ояма не мог поднять штангу, он заставлял жену колоть его булавкой в ягодицу. Такая стимуляция помогала ему справиться с весом, превосходящим его обычные возможности. Уже по одному этому можно судить, насколько



На тренировке под открытым небом
(на летних сборах в России, август 1996 года)

эффективными были его тренировки, да еще и при таких невообразимых объемах.

Скорее всего, тогда люди, занимавшиеся бесконтактным каратэ, выглядели в глазах Учителя маленькими и хрупкими, словно молодые победы спаржи. И каратэ, которым они занимались, он не мог назвать иначе как «танцы».

Существует каратэ, где действительно бьют, и каратэ, в котором считается, что удар был нанесен. Может даже лучше будет сказать так: есть каратэ, где тебя действительно могут ударить, и каратэ, в котором решают, что тебя ударили. Эти два каратэ отличаются, как небо и земля. Если от твоего удара противник не падает, тогда начинаешь пожимать, что в твоей технике еще нет мощи, а это в свою очередь заставляет задуматься над тем, чего же тебе не хватает — может скорости, а может силы? То же самое можно сказать и о блоках. Даже хорошо и правильно поставленный блок не может считаться блоком, если человека вместе с ним сносит с ног. Настоящий блок (яп. «*укэаидза*») должен рационально и динамично сбивать любую атаку, какой бы мощной она ни была. А то, что человека сносит вместе с блоком, просто лишний раз доказывает, что он делает что-то неверно. Подобным опытом и знаниями невозможно овладеть, занимаясь бесконтактным каратэ.

Каратэ стили Кёкусин называют «боевым каратэ, каратэ реального поединка» и из этого следует, что в нем серьезное значение придается изучению приемов и воспитанию духа именно в реальном поединке.

Президент Ояма часто говорил: «В мире Кёкусин каратэ невозможно строить из себя наставника — спеца, если ты не имеешь реальной силы». Ты бьешь, тебя бьют, и тут никакой обман не проходит. Ученики, прозапанимавшиеся меньше, не станут уважать своего наставника, если тот слаб, да и он сам не сможет строить из себя специалиста, иными словами: «Если не можешь, тогда молчи и не



умничай». Это известно всем, кто живет в мире Кёкусин, в мире побед и поражений, и этот строгий стиль основал президент Ояма.

Раньше Ояма много раз подвергался нападкам и критике, ему говорили: «Твое каратэ порочно, это ересь, оно противоречит общепринятым взглядам. Это не каратэ, а обычная драка». Когда же он сломал рог быку, ему вообще сказали: «Каратэ не для того, чтобы рубить быкам рога». На что Учитель Ояма ответил: «Перед тем как говорить мне подобные вещи, вы сначала попробуйте отбить рог хотя бы козлу. А вот когда сможете это — тогда и критикуйте». После этого случая уже никто ничего плохого в адрес президента не говорил.

В мире побед и поражений существует следующий постулат, который следует хорошо запомнить: «Не можешь — то и говорить права не имеешь». И еще одно: «Не говори сложно, будь проще!». И действительно — зачем разлагать то, что слаба кто-то или силен, возьми, да и сам проверь! В этом и заключается привлекательность фулл-контакта, и, скорее всего, как раз поэтому Кёкусин и захватил сердца современной молодежи.

Президент Ояма часто ездил преподавать каратэ в Америку и Европу. Американцы и европейцы сами по себе довольно прагматичны. Каким бы известным учитель ни был, для них важно одно — силен он или нет. Зачем учиться у мастера, который слабее тебя самого? Иностранец, пока в реальном бою не увидит, что этот человек действительно сильнее его, он ни на йоту не проявит к нему уважения. Из этого можно сделать вывод, что в жизни они действительно чрезвычайно практичны и конкретны. Именно поэтому Учитель часто говорил: «Когда преподаешь каратэ за границей, выбери самого сильного и уложи его на глазах у всех».

Мне кажется, современной японской молодежи уже тоже стала близка такая форма мышления. Сколько бы человек ни развивал теорий о «духе», за таким «масте-

ром» вряд ли кто-то пойдет, если он не силен на самом деле. Того, кто проповедует теорию духа, а сам даже не может ее доходчиво объяснить, молодежь слушать не станет. Учитель Ояма довольно четко и наглядно показал людям, где белое, а где черное, кто сильный, а кто слабый. И сделал это действительно просто и ясно. Здесь-то и была почва, в которой нуждалась современная молодежь. Именно такая простота и ясность стала главной движущей силой, позволившей Кёкусин каратэ сделать большой скачок.

Когда на соревнованиях запрещается бить в полную силу, то и на тренировках реально в полную силу бить не будут. Это происходит потому, что бойцы на тренировке, занимаясь даже обычными упражнениями для развития силы и укрепления тела, все равно будут помнить о правилах соревнований.

Обычно люди, занимающиеся Кёкусин каратэ, тренируются так, чтобы не травмироваться, в какую бы часть



Первый Чемпионат Японии по Кёкусин-кан каратэ-до
(ноябрь 2003 года)

тела атака ни прошла. Ведь тренировки принято проводить в полный контакт, здесь-то человек, и начинает понимать, что самое главное — это «расслабиться и убрать силу». Поэтому в реальном поединке очень важно двигаться мягко и держаться расслабленно. Пока человек мягок, риск получить травму минимален — даже если атака и пропущена. Но если движения станут жесткими, даже от незначительного воздействия можно получить тяжелую травму. Например, может треснуть кость. В реальных поединках следует удерживать мысль на том, чтобы убрать лишнюю силу и расслабиться, но и этому можно научиться только тогда, когда тебя бьют, а ты продолжаешь идти вперед.

Было время, когда я отошел от карата и ушел в мир тайского бокса, там мне довелось видеть мастеров этого стиля. Тогда меня очень удивило, насколько они были расслаблены. Глядя на их спарринги, можно было подумать, что это играют дети, настолько мягкими и расслабленными они выглядели. Но можете мне поверить, атаки, которые они проводили в этом состоянии, поражали своей силой. И это им удавалось лишь только потому, — да это же и естественно — что на тренировках, изо дня в день, они били друг друга в полную силу. В то время многие каратисты из разных школ бросали им вызов, но часто все заканчивалось нокаутом в первом же раунде. Это происходило потому, что тогда еще никто не занимался контактными карата и не мог противостоять атакам, расслабленным, словно извивающийся хлыст.

В мире бокса, мне кажется, происходит то же самое. Обычные бойцы, чертя голову, просто носят по рингу на физической силе и выносливости, но часто, в четвертом раунде уже виден их предел. Настоящий же боец обладает искусством «убирать лишнюю силу». Он обычно мягок, но в какой-то момент вдруг наносит молниеносный удар.

Учитель Саваи часто говорил: «Сила — это естественность, а естественность — это мягкость, мягкость — это красота, а красота — это сила».



Первый Чемпионат Японии по Кёкусин-кан карата-до.
Награждение победителей (ноябрь 2003 года)

Здесь есть место только гармонии в круговороте мягкости и силы — ничего другого больше там и быть не может. (В противоположность этому жесткий — значит естественный, а так как естественное не может выглядеть красивым — уродливый, а уродливый — значит слабый. Это и есть дисгармония.) Эта красота видна с первого взгляда, даже со стороны. Движения сильного бойца всегда четко определены, можно даже сказать, прекрасны. В них нет ничего лишнего и несурового — они просто красивы. Сколько бы он ни спарринговал, в поединке у него не будет дышки, потому что любое его движение — сама естественность. Это, вероятно, происходит потому, что такие люди умеют контролировать и довольно точно дозировать каждое свое движение.

Безусловно, этой силой, красотой, мягкостью, естественностью и, конечно же, контролем над каждым своим движением можно овладеть только в реальных поединках.

Но и это не самое главное — самая большая разница между контактными и бесконтактными карата, скорее всего,

лежит в понимании доктрины «сердца»¹, концепции «души» в ментальном отношении воина к поединку. На соревновании любого уровня по Кёкусин карата, бойцы сражаются, отдавая все свои физические и духовные силы. Когда бьют — тебе больно, а допустить ошибку и можешь вообще погибнуть. Здесь нет места софистике или саморекламе. Это борьба «техники» против «техники», борьба «выносливости» против «выносливости». Но фактически, в бою одна «душа» сталкивается с другой, а это и есть именно то, что в значительной степени превосходит и «технику», и «выносливость». Между двумя соперниками, противостоящими друг другу на татами и осознающими всю серьезность предстоящего поединка, еще до начала боя разворачивается глубокая человеческая драма. Тогда-то в душе вместе с боевым духом зарождается и чувство сострадания к сопернику, с которым сейчас предстоит схватиться в жестоком поединке. Это позволяет понять и боль, и страдания, и даже чувство горечи, которые испытывает соперник.

Именно поэтому в Кёкусин карата невозможно привыкнуть к чувству досады, возникающему от поражения в поединке. Когда проигрывают на соревнованиях по бекон-тактному карата часто можно услышать: «Засудили!» или, более того, «Аа... сегодня мне не повезло». В мире же серьезных поединков люди выкладываются полностью, и если проиграл, тогда глубину чувства поражения невозможно выразить словами. На соревнованиях по Кёкусин часто можно видеть слезы на глазах у проигравших, но на соревнованиях по беконтактному карата, такого увидеть, почему-то, не удается. Более того, если победитель даже и рад, то незаметно, чтобы он радовался от души.

Я абсолютно уверен, что полная самоотдача в постоянных тренировках, участие в соревнованиях по карата в пол-

ный контакт, например, в таких, какие проводит Кёкусин, безусловно, способствуют формированию и воспитанию человека. При этом развивается не только физическая сила и выносливость, совершенствуется сам человек. Поэтому в мире Кёкусин карата с первого взгляда можно понять, кто станет чемпионом. Можно даже и не знать, каков он в бою, просто сразу становится ясно: «Да, этот парень владеет!». В таких людях есть что-то особое, какой-то огонь. И привлекает в них не столько исключительная техника и физическая сила, сколько сила человечности.

¹ Яп. «кокоро» — символ сосредоточения переживаний, чувств и настроений человека. Включает в себя такое понятие, как восприятие окружающей действительности не разумом, а чувствами.

ТЕХНИКА И ДУХ УЧИТЕЛЯ САВАИ КЭНЬИЧИ



Тренировка под руководством Учителя Саваи
в лесу храма «Дзингү» (1977 год)

Учитель Саваи всегда больше полагался на интуицию, чем на разум.

В молодости он изучал Дзюдо, Кендо, Иай¹ и свято верил в непобедимость японского Будо. По делам службы Учитель отправился через Россию в Монголию, а затем приехал в Китай. На своем пути он сражался с различными мастерами боевых искусств и его уверенность в том, что «японское Будо самое лучшее и самое сильное в мире», все росла.

Можно себе представить какой шок испытал Учитель, когда проиграл старику Ван Сян-чжаю, и охватившее его после этого чувство безысходности. Мне он рассказывал,

¹ Фехтование мечом сидо.





На сборах в летних лагерях (Иран, июль 1997 год)

что от полученного шока не ел целую неделю. Именно тогда Учитель Саваи полностью изменил свой взгляд на Будо. Учитывая те времена, можно предположить, что кроме слепой веры в непобедимость японского Будо, у него, скорее всего, было еще и чувство национального превосходства. Он не мог допустить, чтобы японец проиграл китайцу. Ко всему, он был довольно сильно избит, естественно, он не мог есть.

Однако здесь-то и проявилась сильная сторона Учителя Саваи. Все это заставило его серьезно задуматься и, в конце концов, принять решение: «Я должен стать учеником этого мастера». Так, потерпев поражение как боец, Учитель, наоборот, вырос на голову как человек.

К сожалению, оказалось, что от его решения, здесь зависело немного. На протяжении месяца перед ним просто захлопывали дверь, но он упорно продолжал ходить к дому старого учителя Ван Сан-Чжая и носить подарки — всевозможные морские и горные деликатесы. Вероятно, все это время китайский мастер проверял серьезность намерений Саваи Кэнъичи. И через месяц Учитель Саваи, в

конце концов, добился своего и был принят в ученики, но лишь после того, как подал прошение, написанное кровью: «Я никогда в жизни не брошу заниматься китайским кампо».

Когда начались настоящие тренировки, для Учителя Саваи они оказались настолько тяжелы и суровы, что он и представить себе не мог. Нет, они не были тяжелы физически. К этому он был давно готов. Здесь его ждало другое, от него требовались невероятная выдержка и упорство.

В то время взгляды на Будо японских и китайских мастеров отличались, как небо от земли. И это касалось не только отношения к воинскому искусству. Исторически сложившаяся разница культур чувствовалась не только в Будо, она проявлялась в любой мелочи.

Есть одна китайская история, которую очень любил Учитель Саваи. Когда-то он рассказал ее мне, позволяте теперь пересказать ее Вам.



Вместе с Калленбахом и Сато Ёсимичи (1988 год)

Как-то один крестьянин охранял морковное поле. Он мирно сидел, поправляя своим длинным мундштуком. Как вдруг на поле появился конь. Он стал рылнить землю копытом и есть морковь. Увидев это, крестьянин закрычал: «Эй, ты! Что же ты жрешь морковь с поля, которое в таких трудах вспахал твой господин — человек! Эх, что б тебе!..» И вот, что получается, если бы это произошло в Японии, то наш крестьянин в тот же миг взял бы палку или что-нибудь другое, что под руку попадется, и прогнал бы коня, но китаец так никогда не поступит. Он просто закричит на коня и больше никаких действий не предпримет, а будет все также мирно поправлять своей трубкой. Скорее всего,



Упражнение «Хан» на рисовом поле

крестьянин рассуждает так: «Это все неприятно, и лошадь, конечно, дрянь, но что поделаешь! Да и все равно она уйдет, когда наестся».

Даже в этом, казалось бы, ничего не значащем эпизоде отражена разница характеров японцев и китаев. Можно сказать, что китайцы живут не спеша. И в они находят довольно интересное время, так сказать в вечности, такой подход к жизни отразился и на форме тренировок в Будо.

Конечно, любого интересует, когда тренировки, которым сейчас отдаешь всего себя, наконец, начнут давать результат или два, ну в крайнем случае через три. Но китайцы десяти, двадцать лет вперед.

После того как Учитель Саван поступил в ученики к Вану, его в первую очередь заставили делать упражнение, которое называется «танто»¹ (стояние столбом) или «рипудзан» (дзэн — стоя). Но и это было страшнее всего, только одно это упражнение он должен был выполнять в течение целых трех лет.

Тренировки у Ван Сян-чжай были настолько основательными и суровыми, что даже среди китайцев, значительно дилось ученика, который смог бы заниматься достаточно долго. Они до такой степени выглядели разнообразно чем-то даже бессмысленными, что требовали от занимающегося колоссальной выдержки и упорства.

Ван Сян-чжай появлялся на тренировках раз в неделю и дел, как тренируется, кто как тренируется. Естественно, он visto уходил, не сказав ни слова.

Так продолжалось целых три года. Учитель Саван говорил, что уже начал подумывать: «А не бросить ли мне все

¹ Кит. «чжан чунь», ип. «танто», дословно «стояния кимелли, камен-ливый столб».



На рисовом поле одно
из упражнений стиля «Исэнь»

это». Затем подобные мысли стали посещать его чуть ли не каждый день. И только прощение, написанное кровью, удерживало Саван от этого шага. Конечно, здесь еще играли роль и личная гордость Учителя Саван — этого бы он себе никогда не простил.

К тому же он абсолютно доверял старому китайцу Учителю Ван Сан-Чжаю.

Существует много разновидностей кампо, и в большинстве случаев о них судят, исходя из внешней формы и зрелищности. На это обычно обращают внимание в первую очередь. Таким образом, можно сказать, что положительные и отрицательные стороны каких-либо школ мы оцени-

ваем по их приемам. Но собственно в упражнении «*танто*» (стоянии столбом), нет движений, которые можно увидеть, поэтому возникает вопрос, — а стану ли я действительно сильным, если буду этим заниматься? В таком случае остается только, глядя на мастера, самому решать, правильно ли сделан выбор. Если нет веры в учителя, долго продолжать такие тренировки невозможно.

Например, Учитель Саван смог долго заниматься этим упражнением именно потому, что столкнулся в реальном поединке с китайским мастером Ван Сан-Чжаем и почувствовал на себе его силу. Тогда он думал примерно так: «Редко мной стоит превосходить, сильный учитель. В бою он разбил меня в пух и прах. К сожалению, он ничего мне не



Тренировка на рисовом поле
с Александром Нестеренко (2004 год)

рассказывает, но все же выполнить это упражнение «*тан-то*» мне приказал именно этот великий мастер. И сколько бы я ни думал, что это бессмысленно и ничего мне не даст, продолжая делать это упражнение, я, может быть, хоть немного, хоть на толику приближаюсь к стопам учителя». Продолжать делать подобное упражнение можно только с такими мыслями.

И вот, наконец, после долгих лет занятий, благодаря этому скучному монотонному упражнению, Учитель Саван понемногу стал замечать изменения в своем организме. По-видимому, именно этого и добивался китайский мастер Ван Сан-чжай. В таких делах не стоит полагаться на разум, в неустanno повторяющихся тренировках тело должно учиться само. В организме началась естественная реакция, и спящие до этого моменты скрытые возможности стали понемногу просыпаться. И вот тогда-то, ничего до этого не рассказывавший учитель Ван Сан-чжай впервые обратил-



С Александром Нестеренко на территории храма «Коусьдан», где автор тренируется более 40 лет

ся к нему. Это было всего лишь одно слово, но с тех пор каждый раз, когда Учитель Саван достигал некоего определенного уровня, китайский мастер Ван давал совет. Так, буквально по каплям, по одному слову мастер передавал ему учение. Учитель Саван говорил, что благодаря этим редким, но целесообразным и простым советам, он смог познать суть вещей и получить просветление.

Учитель называл это «техникой соттаку¹, или искусством соттаку». При благоприятных обстоятельствах, благодаря определенному внешнему воздействию, субъект может совершить огромный скачок. Это можно сравнить с тем, как птица, почувствовав, что птенец уже готов вылететь из яйца, начинает бить по скорлупе клювом, помогая его рождению. Если же птенец еще не готов, а птица попытается разбить яйцо, птенец просто не родится. Так и человек, не достигнув определенного уровня, пропустит ценнейший совет, так сказать «мимо ушей», какой бы прекрасный учитель рядом с ним ни был, и к какому бы превосходному учению он ни прикоснулся, и настоящее познание не придет.

Конечно же, китайский мастер Ван Сан-чжай задал Учителю Саван непростое упражнение, требующее от него чрезвычайной выдержки и упорства. Но сколько терпения и настойчивости требовалось от самого Ван Сан-чжая, когда он учился у мастера Го Юнь-шань в школе Сингь-чюань!

Учитель Ван Сан-чжай с детства был маленьким и очень слабым. Говорят, что мастер Го Юнь-шань обучал Ван Сан-чжая совсем не так, как других учеников. Его собраты по учебе он обучал прекраснейшим формам и приемам, а Ван Сан-чжай, почему-то их не показывал и только заставлял его стоять в «*танто*».

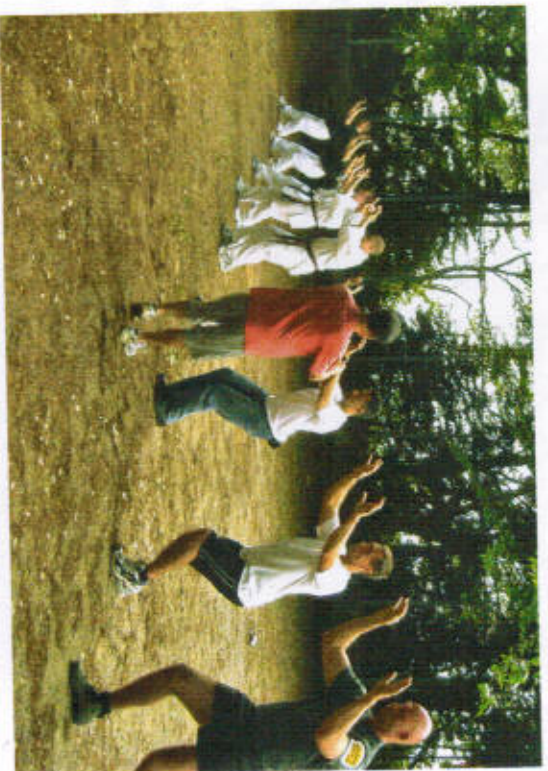
Мне кажется, что выдерживать это ему было очень тяжело. «Другие ученики отработывают такие блестящие *ката*, почему же только я должен делать какое-то одно глупое

¹ Превосходный случай, который нельзя упускать.

упражнение», — наверное, думал он. Ведь как и мы все, он, вероятно, тоже очень спешил. А может быть, не получая того, что мастер давал остальным, Ван чувствовал себя ущемленным.

Мастер Саван рассказывал, что тогда Ван Син-чжай решил втайне от своего учителя наблюдать за другими учениками, делавшими эти *ката*, и потом сам, укравкой, работал этих *ката* в укромном месте, тут же сильно его отругал. Он спросил: «Кто твой учитель? Может, ты считаешь своими учителями моих учеников? Или все же это так? Твой настоящий учитель это я, и только я! Доверься мне и добросовестно делай то, что я приказал, и только то, чему я тебя обучаю».

С этого момента, Ван сосредоточился только на упражнении «танто» — стоянии столбом. Прошло еще некоторое время, как вдруг мастер решил командировать Вана в качестве охранника в дом одного купца.



Занятия с директорами междоудольных отделений.
Упражнения «Нари» и «Хай» стили «Икан»
для закалки поясницы и ног (Япония, 2004 год)

Говорят, что в старые времена школы мастеров боевых искусств «будока» нередко выполняли такую работу. Это было что-то типа нынешних охранных фирм. В Китае состоятельные торговцы часто нанимали известных мастеров при перевозках товара или для охраны имущества в доме. Так было и в этот раз. Богатый купец обратился за помощью к мастеру Го Юнь-шань, а так как учитель сам пойти не смог, то вместо себя послал Ван Син-чжай.

В то время Ван Син-чжай был еще очень молод, да и телосложения был, как вы помните, довольно хрупкого, и, увидев его, хозяин дома просто рассмехался. Он, вероятно, подумал, — ну на что такой мальчишка годен, — и не преминул ему это продемонстрировать всем своим видом. Можете себе представить, как было неприятно Вану столкнуться с таким отношением к себе в самый первый день работы. Но то, что случилось дальше, полностью изменило отношение хозяина к Ван Син-чжайю.

В Китае в каждом доме есть оружие, передаваемое из поколения в поколение, и к этому оружию не имеет права прикасаться человек со стороны. Такой поступок считается чрезвычайно невежливым. Учитель Ван Син-чжай тогда этого не знал и, заинтересовавшись диковинкой, прикоснулся к фамильной реликвии. Естественно, хозяин дома страшно рассердился. «Это же молодой пацан, да я с такими слабками и раньше запростоправлялся», — вероятно, подумал купец и напал со спины на Ван Син-чжай, даже не оглянувшись, молниеносно парировал атаку купца. (Благодаря этому инциденту хозяин дома тут же изменил свое отношение к Вану и, говорит, был даже очень рад тому, что Учитель Го Юнь-шань направил к нему своего лучшего ученика — настоящего мастера.)

Однако в тот момент больше всего удивился — кто бы вы думали? Тот, кто бессознательно отбил атаку противника — сам Учитель Ван Син-чжай! «Я сейчас применил прием, которому никогда не учился, причем применил его мгновенно. Да разве такое может быть?».



Одна из разновидностей упражнения *танто* —
«удерживать тигра сверху»

Когда все закончилось, Ван вернулся в школу и доложил об этом случае Учителю Го Юнь-шэнь. Говорят, что тогда Учитель, просто в полном удовлетворении слушал его рассказ, молча поглаживая длинную бороду.

Понимне удивительно, что в таком простом упражнении — «стоянии столбом», заложена сила, позволяющая человеку определять подобные вещи. Это значительно серьезнее, чем овладение какой-либо техникой. Это то, что находится за пределами техники и искусства. Человек от рождения обладает огромными потенциальными способностями, изначально заложенными в его организме. Сейчас они спят, но в упражнении «*танто*» заключена сила, которая может их пробудить.

Я по сей день очень серьезно занимаюсь «*танто*». Можно сказать, что в нем как бы нет движения, но именно в этом и заключается вся глубина этого упражнения. Когда смот-

ришь на вращающийся волчок со стороны, кажется, что он неподвижен, но на самом деле в нем заключена огромная потенциальная энергия. В положении, принимаемом при выполнении этого упражнения, все четко определено — от макушки до кончиков пальцев. Здесь важны и выражение лица, и форма рук, и положение пальцев, и угол в каждом суставе, и высота поясницы. Конечно, в «*танто*» существует множество форм, в которых есть масса нюансов, но самым важным в них являются «образы».

Каждому образу соответствует некий процесс, разбитый в свою очередь, на множество стадий. На каждой стадии образы стимулируют мозг и нервы, восстанавливая таким образом потенциальные возможности человека, заложенные в нем природой.

Остается просто удивляться тому, как можно было найти эти образы и разработать такую систему тренировок. Сказать, что образы должны стимулировать мозг и нервы, очень просто, но действительно найти эти формы и определить, что нужно делать конкретно, мне кажется, одному человеку не под силу. Конечно же, это результат проб и ошибок наших предшественников, на протяжении тысячелетий накапливавших опыт воинских искусств.

Китайское кампо — только два слова, но как много всего таится в этом понятии. В кампо есть немало школ, техника которых на первый взгляд производит сильное впечатление, исполнена красоты и величия, но на самом деле как боевое искусство ценности не представляет. Немаловажную позицию среди множества видов боевых искусств Китая занимает эпохальный стиль «Икан»¹. Его создатель брал из кампо только фундаментальные элементы, саму суть и отсекал все ненужное.

Учитель Ван Сан-чжай не просто учился у мастера Го Юнь-шэнь, но странствовал по всему Китаю, встречался и советовался с различными мастерами, провел множество поединков. В схватках он приобрел такой опыт, какого мы

¹ Кан. «И-пюань».

и представить себе не можем. За это время он очень много взял из других направлений боевого искусства и привнес в свой стиль. Вместе с тем он неотступно следовал своим принципам и отбрасывал все ненужное, доискиваясь только фундаментальных и универсальных вещей. Он отдал всю свою жизнь тому, чтобы из многочисленных направлений кэмпо выделить только самые фундаментальные, корневые части и оставить само ядро боевого искусства. Это ему удалось. Ван Сан-чжай унаследовал саму сущевину боевого искусства, сформированную китайским народом на протяжении его многотысячелетней истории.

Когда Учитель Ван Сан-чжай дошел до конца пути, он сказал, что суть боевого искусства состоит в «возвращении к великой древности».

И медведь, и тигр, и лев сильны только потому, что они просто проявляют потенциальные возможности, которыми обладают с самого рождения. Их сила вовсе не приобретается тренировками. Да и быстროногий гепард отнюдь не добивается такой скорости, упражняясь. Животным их ка-



Автор проводит тренировку с директорами международных отделений (2004 год)

чества даны от рождения. В конце концов, они просто пользуются способностями, подаренными им небом.

О человеке можно сказать то же самое. В древности люди, жившие охотой, должны были, обладали прекрасными природными способностями, которые современными человеком утратил. Например, способностью далеко видеть или слышать доносящийся издали звук. Я уже не говорю о шестом чувстве и таких природных способностях человека, как ощущение смертельной угрозы или умение почувствовать нападение со спины врага. Всеми этими способностями, которые мы сейчас считаем чем-то специфическим, древние люди обладали и пользовались свободно и не видели в этом ничего особенного. Конечно, и мгновенная взрывная энергия является одной из разновидностей этих природных способностей.

Вероятно, все так и было. Иначе, вряд ли человечество смогло бы выжить. Затем, на некоторой ступени мозг стал развиваться, появились орудия труда, ставшие потом оружием, но чтобы до этого дожить и не погибнуть, человек обязательно должен был обладать такими природными способностями, а иначе — человечество просто вымерло бы. Если проследить всю долгую историю человечества, то в большей ее части мы, подобно животным, постоянно пользовались этими чудесными способностями, данными нам природой.

Адепты боевых искусств с давних времен пытались изучать и копировать поведение животных, наблюдая за движениями, например, журавля или бегемота. Скорее всего, это тоже было вызвано тем, что человек старался научиться у животных изначальной природе силы, которую он утерял.

Сейчас человек, весьма развившись в плане интеллекта, похоже окончательно потерял свою наиглавнейшую способность, присущую всем живым существам, — способность «защитить себя». Взять, например, бродячих кошек или собак, птиц или рыб, они постоянно живут на грани жизни и смерти. Если кто-то из них ослабел, за ним не придет



Автор обучает упражнению «рицудзи»
директоров международных отделений (2004 год)

«скорая помощь», а если постарел, — заберут в «дом престарелых». Защитить себя они могут только сами.

С человеком ситуация другая: почувствовал себя плохо — положат в больницу, набросились на тебя с кулаками — можешь попросить защиты у полиции. Это, действительно, счастье, и все же здесь есть одно «но». Человек, попав в такие тепличные условия, теряет врожденную способность «защитить себя», — способность, данную самой природой, и для него, как для живого существа — это просто беда, ведь он теряет свои изначальные качества.

Эта «способность защитить себя» и является основой любого боевого искусства. Другими словами, способность осознавать опасность и умение справиться с ней на уровне инстинктов, способность избежать травм — именно это и является ядром любого кэмпо. К этому выводу и пришел китайский мастер Ван Сан-чжай. Пока эта утерянная природная способность не будет восстановлена, какой бы техникой или искусством человек ни пытался овладеть — толку не будет.

Прежде чем начать изучать какое-либо конкретное искусство, в первую очередь необходимо овладеть этими способностями. Именно поэтому Учитель Ван Сан-чжай уделял особое внимание упражнению «*танто*» — стоянию столбом. Только при наличии у человека этих способностей, его приемы и техника начнут приносить настоящие плоды, и он станет чувствовать себя свободно в реальном бою.

Учитель Саван победил в бою с самим собой, проявив «выдержку и упорство». После этого он, конечно же, научился от Учителя Ван Сан-чжай многим приемам и техникам. Но все же я считаю, что ценным в его занятиях было то, что он с самого начала изучал основу и суть боевого искусства, а не что-то другое. Затем Учитель привез это учение в Японию и открыл нам новый прекрасный мир.

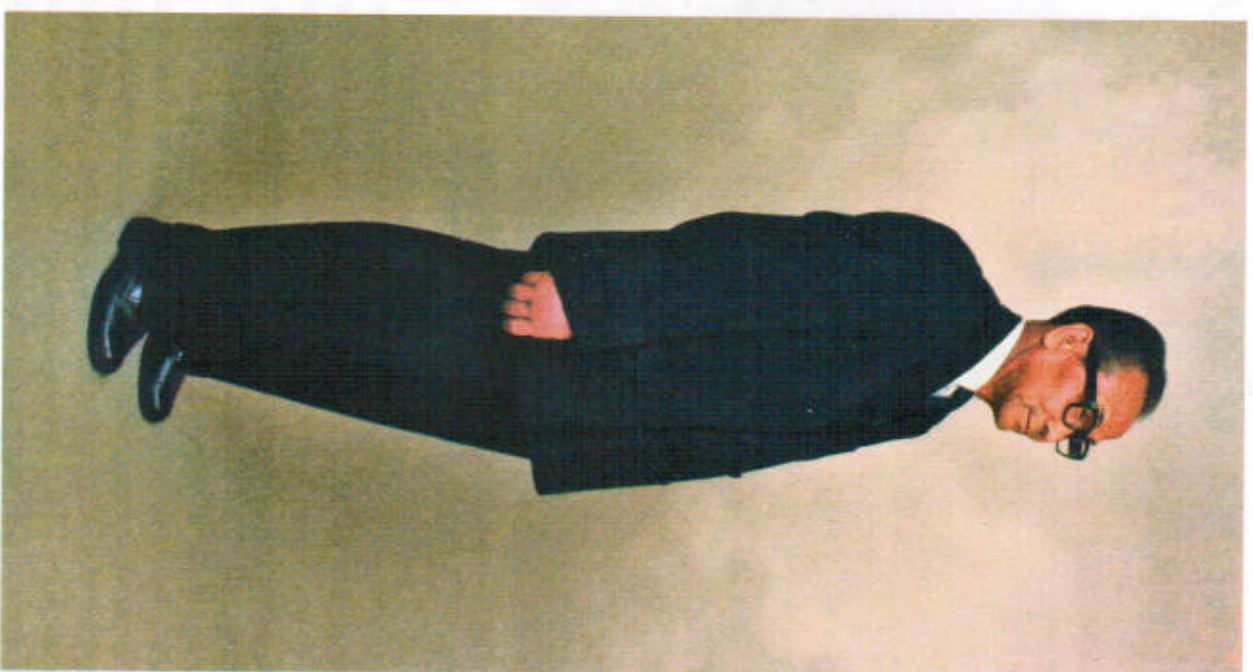
Сейчас между Японией и Китаем, конечно же, существует культурный обмен, но в то время ничего подобного не



Автор с директорами международных отделений
А. Несереженко и Х. Босманом перед храмом Косё-дзи
(2004 год)

было. Помню, какое огромное впечатление тогда произвели на нас рассказы Учителя Саваи, повествующие об учении китайского мастера Ван Сан-чжаа. В особенности они волновали меня. Ведь и как раз в то время не мог разрешить вопрос, как же маленькому человеку победить большого противника. Можете себе представить, в какой неописуемый восторг я приходил, слушая учение, исходящее из уст Учителя Саваи. У меня чуть сердце не выскакивало из груди от волнения. Тогда я нашел новую цель в жизни.

Учитель Саваи подарил мне безграничную веру, хрупкую мечту и вечную молодость. Он научил меня способу познания ценностей, дарованных человечеству небом, а также способу осознания богатства, изначально заложенного в организме человека. И за все это я благодарю своего Учителя от всего сердца.



ТЕХНИКА И ДУХ УЧИТЕЛЯ НАКАМУРА ХИДЭО



В киевской штаб-квартире Кёкусин (Украина, 1997 год)

Я думаю, многие согласятся с тем, что спустя четыре-пять лет занятий карата, практически все упирается в стену. Формально, учение уже закончено, все приемы в общих чертах выучены, и возникает вопрос — что делать дальше? Естественно, приходится идти наощупь, действуя методом проб и ошибок.

Со мной было то же самое. Изучив все *ката* в Кёкусин-кайкан, я натолкнулся на стену, и не знал, что мне дальше делать. И тогда, я стал активно заниматься боксом, кикбоксом, кик-тайским кампо. В эту пору мне и посчастливилось встретиться с Учителем Накамурой. Занимаясь у него, мне удалось познать всю глубину духа и тайствия техники карата-до.

В «обучении» существует несколько стадий и самая первая из них называется «запомнить движения карата», но



Учитель Сунь Ли, г-н Мияхата Ютика —
прежделатель общества «Сампурей-дзиму»,
Учитель Накамур и автор (слева направо)

этим все не исчерпывается. Дальше идет следующая стадия — «в совершенстве овладеть тем, что запомнил». Мне кажется, что эту стадию я смог пройти, только благодаря учителю Накамуре.

Выше я уже говорил, что тренировка в карата начинается с запоминания. Однако между тем, что «запомнил» и тем, чем «действительно овладел», существует огромная качественная разница. Я бы хотел, чтобы вы это хорошо поняли.

Когда-то давно, учитель Саван говорил мне примерно следующее:

— Вы, я вижу, в зале отработываете всевозможные *ката*, но при этом, нужно обязательно думать, будут ли они все вам полезны.

— Предположим, например, что на кого-нибудь из вас неожиданно напал человек из темноты. Сможете ли вы мгновенно применить прием из *ката*, которому обучались в зале? Мне кажется, что каждый из вас в этот момент просто



Прогулка по Москве

закрывает глаза и делает какое-нибудь, несуровое движение. Это действие и будет настоящим приемом, которым владеет данная личность.

Я тогда одно время думал: «Может поэтому и не нужно изучать *ката карата*». Однако Учитель Саваи имел в виду совершенно другое: «Не стоит заниматься тем, что никогда не применишь. Но уж если чем-то занялся, то отрабатывай это так, чтобы смог использовать», — и я абсолютно с этим согласен.

Это как раз то, что подразумевает учитель Накамуро, когда говорит, что в критический момент у тебя должен сработать прием из *ката* или *кихон*. Поэтому тренируйся, всегда вообразив перед собой противника, думай, изучай каждое движение, пропускай его через «сердце» — настаивал Учитель. Под карата-до Учитель Накамуро подразумевает следующее: максимально используя все душевные и физические силы человека, вновь раскрыть когда-то утраченные им потенциальные возможности, перевести на

подсознательный уровень движения, некогда досконально отработанные на сознательном уровне. Только это позволит тебе избежать опасности.

Все эти учения несколько отличаются своим подходом, но результат, или, так сказать, конечный пункт назначения у них один — в это я верю безоговорочно.

А еще мастер Накамуро научил меня «уважать людей», почитать и бережно к ним относиться, быть ласковым и оказывать им поддержку. Другими словами, у него я научился использовать мощь карата, смысл которой хорошо передают идиомы — «иксэн-хиссацу»¹ («свалить одним ударом кулака») «ичигэки — хиссацу»² («убить одним ударом») не для «сацудзин-кэн» («кулак убийцы»), а для «кацудзин-кэн» («кулак, возрождающий человека»). Именно он и передал мне этот дух.

Если, занимаясь карате, человек основное внимание уделяет одной только технике, и при этом не учится духу «уважительного отношения к людям», то, скорее всего, он станет грубым, агрессивным и воинственным. Но тогда эту технику уже нельзя будет назвать «карате». Человек, изучающий Будо, естественным образом приходит к пониманию необходимости мирного сосуществования и более чем кто-либо желает мира. И желает его, движимый разумом и чувством умеренности, а вовсе не из-за любви к праздной жизни в роскоши. Такой человек готов погибнуть или победить, но при этом предпочитает мир самой блестящей победе.

Человек, который любит людей и не любит вражду, но в любой момент может превратиться в любую распрю — таков образ истинного воина «будока». Это и есть то, что учитель называет идиомой «кацудзин-кэн» (кулак, возрождающий человека).

¹ Убить одним ударом кулака, дословно «моментальная смерть от одного удара кулака».

² Убить одним приемом, дословно «моментальная смерть от одной атаки».



Открытый Чемпионат по Кёкусин-кан в Южной Корее
(июнь 2004 года)

Конечно, любить мир — вовсе не значит, что приемы нельзя применять ни в коем случае. Вызвет их просто необходимо использовать, чтобы защитить себя или, например, восстановить справедливость. Это происходит потому, что мы живем в реальном мире с его проблемами, и иногда просто вынуждены применить силу, чтобы пресечь конфликт в самом его начале. Нельзя прощать людей, которые молча смотрят на то, как у них на глазах убивают человека.

Однако смысл карата вовсе не в том, чтобы нанести удар до того, как ударит противник. Но это и не значит, что противнику нужно ответить ударом, потому что он нанес удар. Учение мастера Накамурэ гласит:

— Стань зеркалом и отражай атаку противника с той же силой, с которой он нападает, и этого будет достаточно.

Поэтому Учитель Накамурэ заставлял нас досконально отрабатывать блоки. От блока к атаке. Все атаки должны были иметь форму перехода от блока к удару.

Учитель Накамурэ часто говорит: «Все люди слабы. Я сам по себе чрезвычайно слаб. И не только физически, но и ду-»



С Учителем Накамурэ (справа сикан Курamoto)

ховно. Именно потому, что я хорошо знаю свои слабые места, а и пытаюсь их закалить».

У мастера Накамурэ есть еще одно выражение, которое он часто повторяет: «Закалка не в терпении, а терпение в закалке». Не пассивно выдерживать страдания, а активно идти навстречу трудностям. Самому сознательно найти свои слабые стороны, четко их уснить и продолжать тренироваться дальше, так, чтобы эти слабости преодолеть. В этом заключен дух, выраженный однажды выдающимся полководцем Яманака Сиканосукэ¹ следующими словами: «О небо, пошли мне десять тысяч трудностей!».

Учитель Накамурэ несколько дней подряд один ночевал в заброшенном доме, где, говорят, водились привидения. Он это делал, для того чтобы преодолеть робость в сердце. Если сердце дрожит и сжимается от страха, то тело, техника, движения тоже будут скованы, потому что основа всех движений — это «сердце». Учитель Накамурэ занимался такой практикой для того, чтобы «закалить сердце» и «укрепить дух».

¹ Выдающийся полководец (1545–1578 гг.), живший в «эпоху брани царств».

Если не анализировать свои слабости, не пытаться их исправить, то в критическую минуту, столкнувшись с проявлением немоти, подумаешь с сожалением: «Как хрупок и слаб человек...». И напротив, чем больше будешь закалять свои слабые места, тем сильнее они станут, и тогда однажды с удивлением заметишь: «Неужели человек может стать таким сильным!»

Но допустим, что человек уже закалил себя и стал сильным. Что же делать с этой силой дальше?

Человек, став сильным, должен протянуть руку помощи слабому. В этом и заключается миссия карата-до, это путь, которым мы должны идти.

Однако устоявшись словосочетания типа «помогать людям» или «внести свой вклад в развитие общества» звучат довольно абстрактно и расплывчато. Кому именно помогать, и если делать вклад, то во что и в какой форме? Когда стелкиваешься с такими вопросами, четкого образа почему-то не возникает. Но здесь и не нужно серьезно размышлять. Если почувствовал, что стал хоть немного сильнее, тут же протини руку помощи людям, которые тебе ок-

ружают. Пусть даже ты не знаешь, в какой форме это сделать. Главное, чтобы у тебя самого появилось чувство сострадания. Пройдет время и люди, окружающие тебя, сами поймут и почувствуют, что ты им нужен.

Учитель Накамуро говорит: «Не от пути к технике, а от техники к пути». (На путь становиться, — тренируясь и оттачивая технику, но не наоборот — став на путь, начинают тренироваться и



В период занятий
у Учителя Накамуро

оттачивать приемы.) Пока ничего не добился, нет смысла задумываться над какими-то сложными проблемами и от них страдать. Зачем размышлять над тем, куда применить силу, которой только собираешься овладеть? В этом и заключается смысл слов — не от пути к технике, а от техники к пути.

Чтобы овладеть техникой, безусловно, следует весьма серьезно тренироваться. Но техника — это отражение души, поэтому необходимо очень серьезно относиться не только к совершенствованию физического тела, но и духа. Только при таком подходе к занятиям когда-нибудь откроется путь, которым следует идти.

В предыдущей главе я уже писал о том, что скорость руки учителя Накамуро, когда он рубил балочный брус, составляла 1200 км/час (правда он сам говорил, что скорость была не больше 700–800 км/час). Мне кажется, что найдутся читатели, которые захотят когда-нибудь овладеть этой скоростью, поэтому позволюте мне здесь немного коснуться этой темы.

Во-первых, для того чтобы добиться такой скорости, необходимо, так сказать, «закалить тело на клеточном уровне». Если даже представить себе, что неподготовленный человек в какой-то момент случайно смог развить такую скорость, то, скорее всего, тело этого человека развалится на части. Поэтому закалку тела, чтобы оно выдерживало такую скорость, нужно начинать буквально с «клеточного» уровня. Понятно, что одной закалкой мышц и костей такой скорости не достичь. Это первое о чем я хотел вас предупредить.

Вы, конечно, спросите — что же в таком случае нужно делать, чтобы закалить тело на столь глубоком, можно сказать, клеточном уровне. Само собой разумеется — нужно продолжать серьезно тренироваться. Но, это не значит, что достаточно просто, необдуманно осваивать новые большие объемы тренировок. Следует погружаться в объект на очень тонком уровне. Конечно, этого невозможно достичь быстро. Это задача, на решение которой может уйти вся жизнь.

Углубленно занимаюсь и оперирую ментальными образами, глубоко познавая себя, возможно, прийти к тому, чтобы увидеть тонкую структуру мира вплоть до мельчайших частиц. И речь здесь идет не только о себе или партнере, но также и о неживой природе.

Однажды, когда мой собрат по ученичеству сихан¹ Курамото Нарихару пришел в гости к Учителю Накамура, с ним произошел такой случай.

Рядом с домом находилась тренировочная площадка, где штабелями лежали бачочные брусья. Учитель Накамура выбрал один из них и на наших глазах довольно просто его разломал. Даже правильнее будет сказать — не разломал, а разрубил. Затем Учитель, обратившись к Курамото, указал на другой бачочный брус и сказал: «А теперь ты попробуй».

Стоит ли говорить, что Курамото долго примеривался, и когда, наконец, решился ударить, — у него ничего не вышло. Тогда Учитель сказал: «Не пытайся его поломать, а сначала просто хорошенько на него посмотри. Ты должен увидеть некий поток — движение клеток, из которых он состоит. И когда увидишь, попробуй своей рукой остановить этот поток». С этими словами он оставил Курамото и вернулся к себе в кабинет.

Оставшись один, Курамото, как и советовал ему Учитель, некоторое время смотрел на бачочный брус. Как вдруг, по его словам, он действительно увидел что-то похожее на поток клеток или частиц.

— Тогда я просто попытался остановить этот поток, ударил по нему ребром ладони, и неожиданно бачочный брус беззвучно развалился.

Так, оперируя чувствами и потоками сознания, можно изменить свойства тела и закалить его, так сказать, на клеточном уровне.

¹ Яп. «сихан» — «учитель карата», обладатель черного пояса, имеющий право преподавать карата. В Кёкусин-кан претендовать на звание «сихан» можно с 4-го дана. Это звание присуждается на заседании правления организации, если выносятся решение, что человек по моральным и этическим нормам соответствует этому званию, тогда ему выдается сертификат «Учитель карата».



В российской штаб-квартире Кёкусин-кайкан
(Хабаровск, 1997 год)

Однажды Учитель заболел раком горла. Тогда он сказал: «Сила моего сознания и нормальные клетки уничтожат клетки рака». Так и случилось, он полностью поборол рак горла.

Все, о чем я сейчас рассказывал, на самом деле является упражнением для повышения скорости и силы и в то же время помогает создать тело, которое сможет выдерживать подобную скорость. Как я уже раньше говорил, для того чтобы поднять скорость, в первую очередь следует закалить «сердце», которое является основой всего. Скорость коренится в душе. Именно эта «скорость в душе» и является великим источником той «скорости руки» Учителя Накамура.

Если скорость, которой ты обладаешь в настоящий момент, тебя не удовлетворяет, тогда в душе следует создать реальный образ скорости на порядок больше той, которой владеешь сейчас и ежедневно тренируясь пытаться ее достичь. Существуют различные методы тренировки психики, такие, например, как самогипноз и самовнушение, но крайне важно самому все осознавать и контролировать психику. Любое действие начинается в первую очередь с осознания, а уж затем следует его осуществление. Поэтому прежде чем начать упражнение, следует создать некий

МОЯ ЖИЗНЬ – КАРАТЭ-ДО

образ того, что должно быть, и во время тренировки стараться насколько возможно ближе к нему подойти — это и есть наиболее рациональная форма тренировки. Пусть, например, скорость движения поднимется хоть на 1–2 км/час, но она все равно будет выше, чем раньше. Важно непрерывно прогрессировать. Благодаря таким постоянным многолетним тренировкам, станет когда-нибудь реальностью и скорость в 1000–1200 км/час.

Конечно, на это может уйти и 10 лет, а может и 20. Но, скорее всего, на это уйдет вся жизнь. Однако смысл каратэ-до не только в том, чтобы добраться до конечного пункта. В каратэ-до нет конкретного места, которое нужно достичь, но есть то, к чему следует стремиться. Всегда идти туда — именно это и называется каратэ-до.

Эсли каратэ — это просто состязания и заниматься им можно только в молодости, когда есть силы, то к этому слову нет смысла добавлять неологизм «До» (путь). А если кто-то думает, что каратэ существует только для того, чтобы потом бахвалиться и заявлять: «В молодые годы я такое мол,



С Учителем Сунь Ли (1994 год)



Автор занимается «Тайквон» под руководством мастера китайского кэмо Саван Кэньчжи (1968 год)

я был мастером!», то такие люди вообще не имеют права говорить, что они стояли на пути «карата». Дело в том, что само по себе понятие «путь» охватывает все, чем человек когда-то занимался, что он сейчас собой представляет, и то, продвигается ли он дальше. Вот почему «путь» так труден и идти по нему непросто.

Учитель Саван говорил мне: «Ты должен создать в себе истинную ценность, то, чем ты потом сможешь пользоваться всю жизнь».

Однако в молодости человек овладевает огромным количеством приемов и среди них ему довольно сложно распознать, что же является настоящей ценностью, то чем можно будет потом гордиться всю жизнь, а что — подделкой.

Другими словами, какой из этих приемов останется с тобой до самой старости, а какой, внезапно возникнув, так же внезапно исчезнет. Ведь в молодости и выносливости, и силы есть предостаточно, поэтому приемы заучить довольно просто. Но с годами и физические силы, и выносливость непременно истощаются. И только когда наступает это время, начинаешь понимать, что приемы, которые уже не можешь применить, на самом деле и не были истинным богатством.

Давным-давно, когда Учитель Саван со мной об этом заговорил, я долго размышлял и пытался понять смысл его слов. Тогда я осознал, что мне следует овладеть приемами, которые не в полной мере опираются на мышечную силу — это и будет моим истинным богатством. Но, к сожалению, в то время я обладал чрезмерной физической силой. А для человека молодого, реально обладающего большими физическими возможностями, не использовать их, оттачивая приемы, — самое трудное дело.

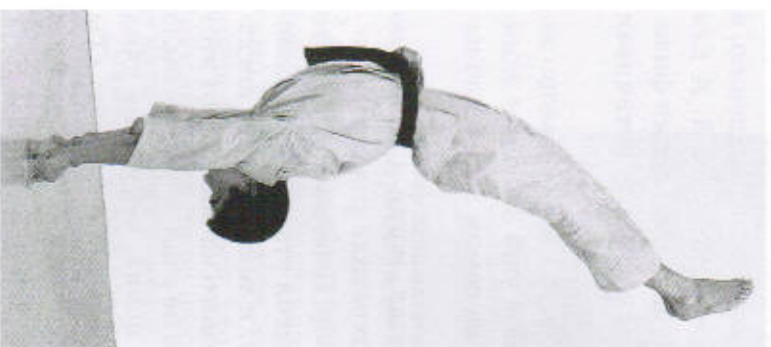
В настоящее время я — Рюма Хацуо очень серьезно задумывалось над таким вопросом: «Вот уже 33 года я занимаюсь карата, так, что же ценного на самом деле было накоплено за это время?».

Честно говоря, несколько лет назад, когда я вплотную столкнулся с этим вопросом, меня охватило сильное беспокойство. Пришло время сделать выбор. Я четко осознал, что физических сил и выносливости у меня стало значительно меньше, чем 10 лет назад. Конечно, к тому, что это когда-нибудь произойдет, я был готов с самого начала. И вот этот момент настал, и говорить — я этого не знал — уже не было смысла. Только тогда я наконец-то понял, чему меня учил мастер Саван. Я осознал, что если люди меня спросят: «Ты говоришь, что занимаешься карата более 30 лет, — ну и чему же ты научился?», то у меня нет вещи, которую я могу просто достать из кармана и, показав всем, сказать: «Я научился вот этому».

Смириться с этим было невозможно. И я решил: «Так дальше нельзя, необходимо что-то делать». Нужно продолжать тренироваться с удвоенной силой, ведь еще непоздно, нужно заново создать в себе истинное богатство, которое не исчезнет до самой смерти. Вот решение, к которому я тогда пришел.

Эти 30 лет тренировок были всего лишь первым семестром моего ученичества, и только сейчас, спустя эти годы, начался семестр второй. Эта мысль позволяет мне снова всецело посвятить себя тренировкам. Я решил еще раз

пройти все, чему учились эти годы: и «реальное каратэ» не-
превзойденного мастера Масутацу Ояма, и китайское кам-
по, которому меня научил мастер Саваи, и, конечно же,
суровую школу самозакали, мастера Накамура.



Удивительная вещь, но как раз, когда я собирался снова пересмотреть и упорядочить то, чему учил меня мастер китайского кампо Саван Канъичи, мне представился случай познакомиться с учителем Сунь Ли¹ — учеником мастера Йо Дзюн Сунь (1917–1985 гг.), который в свою очередь был лучшим учеником старого мастера Ван Сан-чжая. Сейчас я вновь изучаю китайское кампо, но уже вместе с учителем Сунь Ли. И чем больше я учусь, тем больше в тренировках ожи-
вают техника и дух Учителя Са-
ваи, а вместе с ними воскресают
приемы и дух старого учителя
Ван Сан-чжая, стоящего за Учи-
телем Саваи.

Что ни говори, а продолжать тренироваться как в молодости, не потерять к этому интерес, и стремиться познать больше, а ведь мне уже 48 лет², — не в этом ли счастье? За это я снова и снова не устаю от всего сердца благодарить всех моих учителей.

Путь тренировок бесконечен, он чрезвычайно глубок и беспрерывно высок. Я не знаю, куда смогу дойти, но я уже

¹ Родился 6 февраля 1955 г. в Китае (Пекин). С 14 лет начал изучать Икан. Президент Международного исследовательского общества И-кюань.

² На момент написания фрагмента книги — 1996 год (приж. пер.).



Автор объясняет принципы приемов «уравадза»

нахожусь в мире, где этот путь — реальность, и, скорее все-
го, уже никогда не смогу покинуть этот чудесный мир. Идти
этим путем для меня — величайшее счастье.

Цель моей жизни — овладеть секретами боевого искусст-
ва. Путь, ведущий к этому, и есть для меня «каратэ-до».

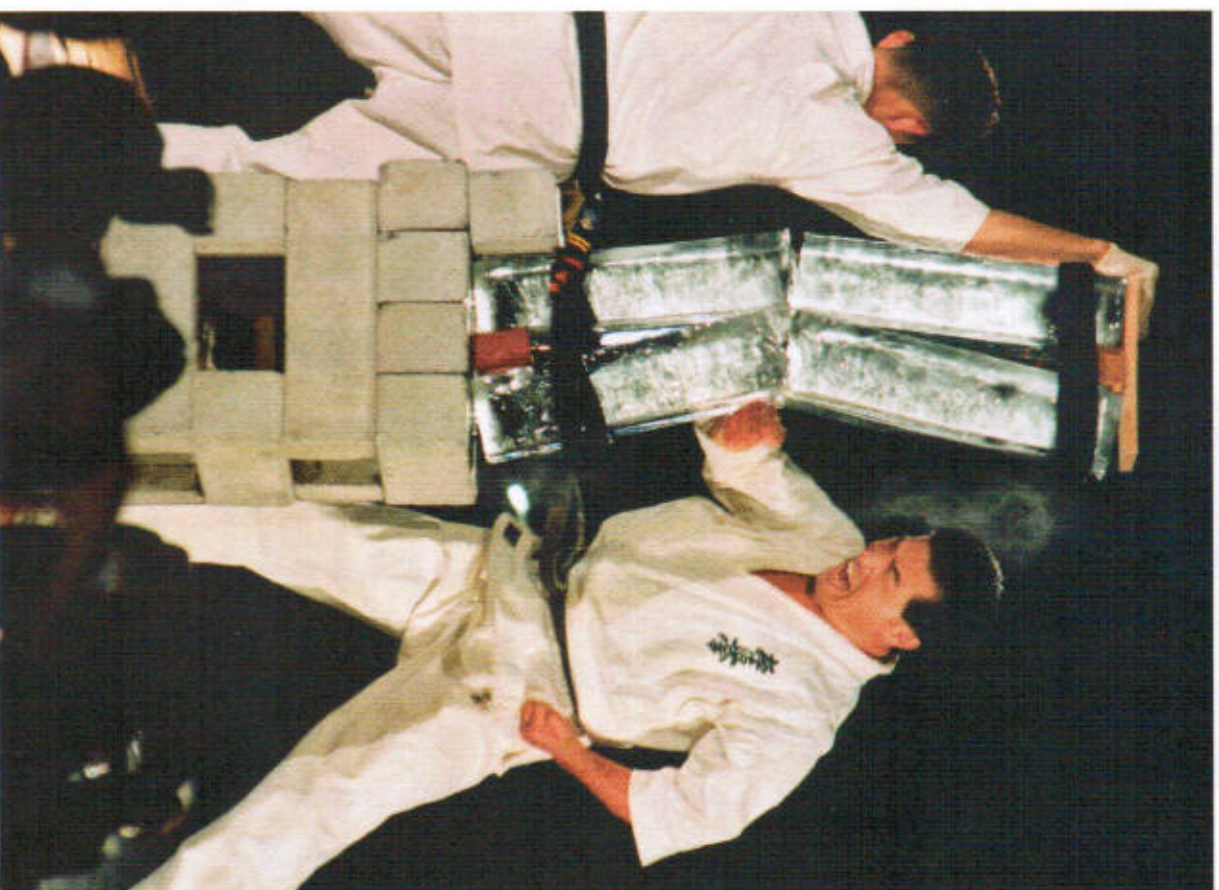
ОТ УЧЕНИКОВ К УЧЕНИКАМ

В этой книге я уже говорил о том, что человек, находящийся на пути каратэ-до, должен обучить идущих вслед за ним истине, которую он узнал сам. Мне кажется, что это долг каждого будока — война. Свою первую книгу «Моя жизнь — каратэ», вышедшую десять с лишним лет назад¹, я писал с этой же мыслью, пытаясь искренне передать правду, к которой я пришел тогда.

Однако все это время, прошедшее с тех пор, не было потрачено зря, я продолжал учение, и думаю, мне удалось кое-что приобрести. Эти знания я хотел бы передать вам. Более того, я считаю это своим долгом. Именно поэтому я и взял на себя смелость издать эту книгу.

До настоящего времени я изучал дух и технику каратэ, оставленные нам в наследство древними мастерами. Я смог познать и перенять это древнее искусство, благодаря моим трем великим учителям, — Президенту Кёкусин-кайкан Ояма Масутацу, Учителю китайского кампо Саваи Кэнъичи и Учителю Накамуре Хидэо — директору отдела каратэ «Всеобщей Японской ассоциации воинской доблести». И если все чему я научился, так просто умрет, оставшись во мне, то можно будет считать, что Рояма Хайцую не выполнил своего долга. Моя роль в этом мире состоит в том, чтобы я, пересмыслив и закрепив в себе, чему меня научили, передал будущим поколениям истинное знание.

Но чтобы передать эти знания, мне нужно хотя бы на толику приблизиться к уровню моих учителей. Для этого я



Разбивание вертикально стоящего дзюда на Шестом Чемпионате Мира

¹ На момент написания фрагмента книги — 1996 год (прим. пер.).

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

Дух Кёкусин



Автор вручает шестой дан А. Нестеренко (Россия)
и седьмой дан Х. Босману (ЮАР) на вечере памяти,
посвященном 10-летию смерти Ояма Масутацу

ПРОДОЛЖАЮ КАЖДЫЙ ДЕНЬ В ОДИНОЧКУ ПОВТОРЯТЬ И СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ ТО, ЧТО ОНИ ХОТЕЛИ МНЕ ПЕРЕДАТЬ. САМ ПО СЕБЕ Я ЕЩЕ ОЧЕНЬ И ОЧЕНЬ НЕЗРЕЛ, ВЕДЬ Я ЕЩЕ ТОЛЬКО УЧУСЬ. МНЕ ЧАСТО БЫВАЕТ НЕЛОВКО ОБУЧАТЬ ДРУГИХ, НО Я ДЕЛАЮ ВСЕ, ЧТО В МОИХ СИЛАХ.

Я БУДУ БЕЗМЕРНО СЧАСТЛИВ, ЕСЛИ МОЯ КНИГА СТАНЕТ ВАМ ПОЛЕЗНА, И ВЫ НАЙДЕТЕ В НЕЙ ХОТЬ НЕМНОГО ДЛЯ СЕБЯ.

1996 ГОД, весна
Рояма Халую

КУДА УШЕЛ «СТРАШНЫЙ ДЯДЬКА»

Прошло ровно 35 лет с тех пор, как я начал заниматься каратэ¹. Казалось бы совсем недавно был издан мой жалкий опус «Моя жизнь — каратэ»², а вот уже минуло 18 лет. Как один миг пролетели два года, после того, как во второй раз увидела свет моя следующая книга «И вновь. Моя жизнь — каратэ», куда я дописал главу «Путь к сути воинского искусства».



Вручение автору девятого дана от фонда Кёкүсэи Сёнакусай
(Токио, 26 апреля 2004 года)

¹ На момент написания фрагмента книги — 1998 г. (итал. пер.).

² Издана в Японии в 1980 г., переведена в России в 2003 г. (итал. пер.).

Все это время мир не стоял на месте, стремительно менялась экономика и политика. Еще совсем недавно мне казалось, что мир, включая Японию, пребывает в полном спокойствии, но сейчас стало очевидно, что наступили смутные времена.

В мире карата и силовых единоборств рождаются новые группы и школы, одни за другими возникают направления, о которых мы раньше и не слышали. Они проводят соревнования и чемпионаты по каким-то своим правилам, а средства массовой информации активно их поддерживают. Я не ошибусь, если скажу, что снова начинается бум кулачных боев.

Привычка человека бросаться на все новое и яркое существовала и раньше, существует она и сейчас. Вряд ли можно ожидать, что мир в этом плане сильно изменится в ближайшем будущем. Мне кажется, средства массовой информации, то и дело поднимая шумиху вокруг различных событий, играют не последнюю роль в пропаганде силовых единоборств вообще и карата в частности. Однако меня не покидает чувство легкой тревоги оттого, что они подходят к этому вопросу только с позиции силы или слабости, абсолютно не обращая внимания на морально-этический аспект, и получается, что главное победить, а победителю «все позволено».

Политический хаос, экономический крах, все это приводит общество к разладу. Меняется эпоха, люди не знают, что их ждет завтра. Эгоизм и индивидуализм, в плохом смысле этого слова, переполняют мир, и мне начинает казаться, что с этим ничего уже поделать нельзя. Люди теряют надежды и живут лишь погоней за сиюминутными удовольствиями.

Японию, по крайней мере, в прошлом можно было считать страной высокой морали. В ней всегда ценилось стремление приносить пользу обществу и людям. Однако сейчас мир становится все безжалостнее. Сегодня, например, если кого-то даже убивают, то окружающие и не подумают что-нибудь предпринять, а просто делают вид, что ничего не



Зимние лагеря в Ужгороде (Украина, февраль 2004 года)

происходит. Это безумие охватывает и детей, и взрослых, доводя многих до самоубийства.

Не кажется ли вам, что в современном мире такие понятия, как «доброта» и «сочувствие» уже утратили свой смысл и стали мертвыми словами. О чем бы ни шла речь, все измеряется в первую очередь деньгами. Многие вообще без стеснения заявляют, что «Деньги дороже жизни» и «счастье именно в деньгах».



Выступление на совещании директоров отделений Кёкусин в Украине (1997 год)

Я думаю, чувство, что человек идет в ногу со временем, реально нужен обществу и людям, приносит удовлетворение и дает счастье. Иметь перед собой великую цель и усердно, изо всех сил продвигаться вперед для ее осуществления — вот это настоящая жизнь, а деньги — всего лишь средство, необходимое для достижения этой цели.

Другими словами, деньги — это только орудие, но ни в коем случае не цель. Конечно же, к деньгам нужно относиться бережно, однако ставить их выше самой жизни ни в коем случае нельзя.

С некоторого момента в мире произошла переоценка ценностей, люди стали считать деньги великой целью своей жизни, и то, что всегда было лишь средством, теперь стало целью. Мне кажется, что причина болезни современного общества лежит именно здесь.

Взрослые постоянно заняты поиском денег, которые потом тратят на развлечения, ведут безответственную жизнь. Что же думают дети, глядя на таких взрослых? Мне кажется, молодежь окончательно потеряла уважение к старше-



Радушный прием, оказанный маром г. Актау Республики Казахстан
(май 1996 года)



Выступление перед участниками соревнований
на Втором Чемпионате Японии по весовым категориям
(май 2004 года)

му поколению. Недавно в Японии появился новый термин «охота на дядек»¹, мне кажется — это возмездие. Взрослые сами уготовили себе эту участь.

С давних пор в Японии существует поговорка: «Страшнее нет на свете ничего, кроме стихий и бабки моего». И дома, и на улице «бабка» или «дядька» всегда вызывал у детей страх и был неким сдерживающим началом. Сделал что-то плохое — обязательно найдется «дядька», который тебя нещадно отругает. Куда бы ты ни пошел, непременно наткнешься на такого «дядьку», и он тебя обязательно отчитает за непристойное поведение, хоть ты его первый раз в глаза видишь. Раньше в Японии «страшные дядьки» были везде, они были как бы «тормозами» и не позволяли детям безобразничать. В то время эти старшие могли и не обладать никакими особыми денежными средствами и даже, наоборот, зачастую были бедны, но они жили с осознанием своей правоты, за ними чувствовалась некая сила, и это вызывало уважение.

¹ Дети ловят подвыпивших взрослых, возвращающихся с вечеринки, обычно устранив их после работы, и избивают их.



Выступление на заседании в московской штаб-квартире
Кёкусин-кайкан (1995 год)

В последнее же время «Дядьки», которые, казалось бы, должны играть роль «цербера», сами стали мишенью для детей. Ни дома, ни на улице дети уже никого не боятся, потому что знают — если даже они поступят очень скверно, никто не сделает им замечания. Поэтому-то дети и думают, что им все дозволено.



С юными воспитанниками (июль 2003 года)

Почему же дети стали нападать на «дядек», которые не де должны были бы бояться? Да потому, что теперь, дети не уважают «дядек», а от всего сердца их презирают. И я хочу во весь голос крикнуть: «Взрослые всего мира, поймите! Этого не надо, и задумайтесь над своим поведением!».

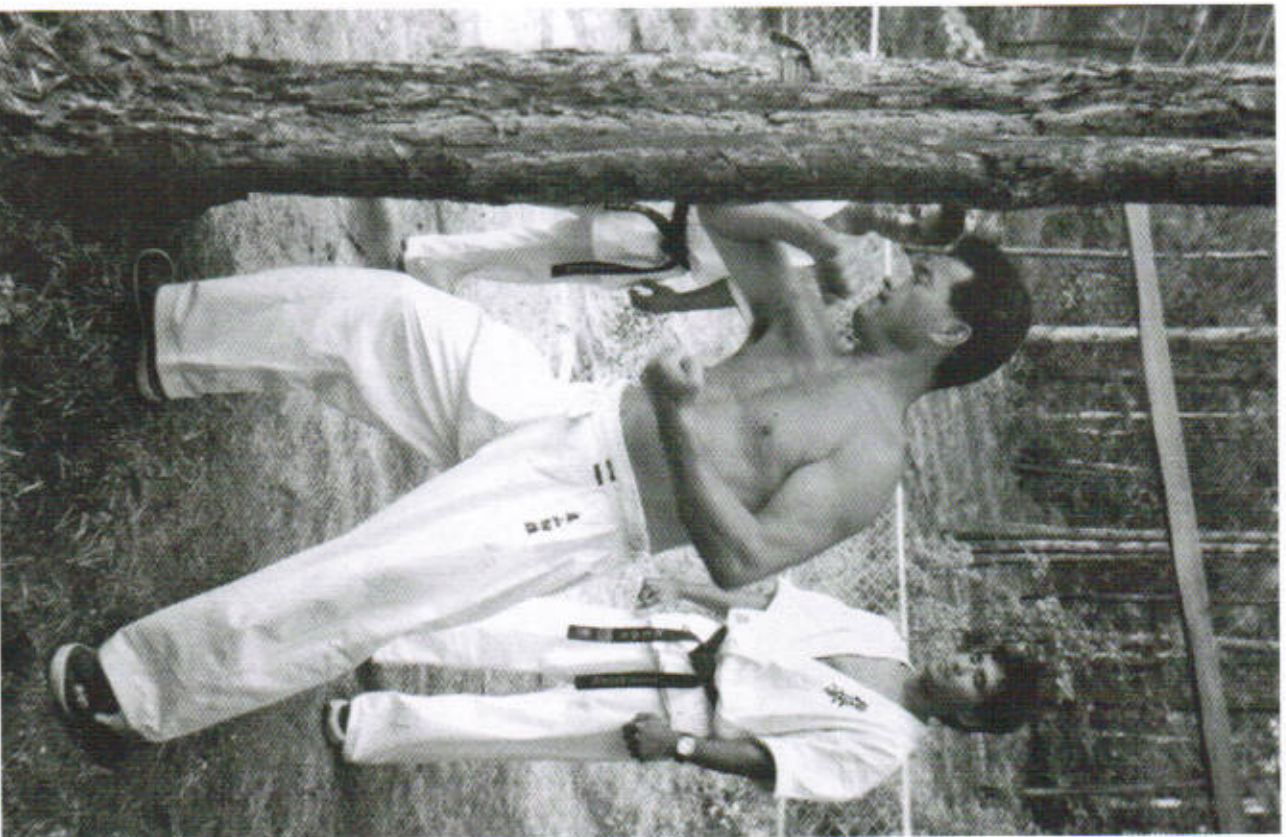
Сколько сейчас в мире осталось взрослых людей, которые живут честно и открыто, имеют в душе веру и убеждения? Я стараюсь минуту анализировать свое поведение, потому что от всего сердца хочу стать таким взрослым, которого уважают хотя бы дети.

ОБЩЕСТВЕННАЯ МИССИЯ КАРАТЭ-ДО

*Относись к себе строго,
а к другим ласково, это
принесет пользу другим.*

Эти слова часто повторял Президент Ояма Масутацу, но раньше они были известны только узкому кругу. Теперь же их знают все, и они стали одним из основных столпов Кё-кусин. Правда, я уже давно руководствуюсь принципом, заключенным в этих словах.

Прошло более 20 лет с тех пор, как я получил от Президента Ояма разрешение на открытие отделения в префектуре Саитама. Все это время я много думал — и не только о



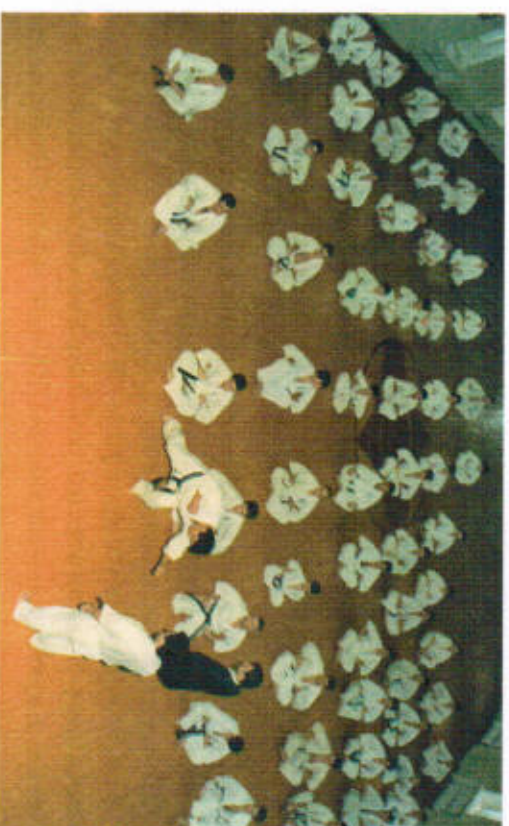


Автор читает лекцию молодежи на летних сборах в префектуре Чинба (2004 год)

том, что значит быть строгим к себе, но и том, что нужно делать, чтобы правильно и с любовью относиться к другим людям и приносить им пользу. И надеюсь, что мне удалось это осуществить.

Вообще, слова «внести свой вклад в развитие общества» на самом деле — абстрактные и чрезвычайно расплывчатые. Мне кажется, люди, кричащие подобные слова, просто используют их как лозунги, сами же обычно не понимают, что и как конкретно нужно делать.

Нам тоже в данных условиях еще довольно сложно способствовать политическому и экономическому развитию общества. Однако я глубоко убежден, что каратэ-до позволило мне внести свой вклад в общество, воспитывая здоровую молодежь.



На тренировке в Московской штаб-квартире (1998 год)



На кубке мира по Кёкусэн каратэ в Париже (слева направо Куродаки, Года, Хиросигэ, Хаман, Ямада, автор; апрель 1998 года)

Сейчас в Японии чуть ли не каждый день появляются репортажи о преступлениях, совершаемых молодежью. В настоящее время это уже стало острой социальной проблемой. Все чаще дети в школах издеваются над более слабыми. Раньше это делали только хулиганы, теперь же, даже хорошие ученики, на которых и подумать нельзя, тайком издеваются над другими. Обостряются проблемы в семье — все больше становится детей, терроризирующих своих близких. И об этом я знаю не понаслышке.

Многих так называемых трудных подростков я перевоспитал, поселяя их у себя в зале. Я считаю, что в этом и заключается практический результат моей миссии как человека, изучающего каратэ-до. Ко мне в зал с одной и той же проблемой приходят разные люди: директора школ, учителя, родители. Они не могут справиться с грубым поведением ребенка. Я не просто выслушиваю этих людей, а введу всех сил стараюсь помочь разобраться в проблеме, пропустить им руку помощи. Мне приходилось сталкиваться,



Детские показательные выступления
на Первом Чемпионате Японии (ноябрь 2003 года)

казалось бы, уже нерешаемыми случаями, например, когда меня просили помочь детям, ставшим алкоголиками или токсикоманами. Была даже одна семья, в которой ребенок так издевался над своими родителями, братьями и сестрами, что они были на волоске от решения всей семьей покончить жизнь самоубийством.

Многие из этих людей говорили, что им не на что было надеяться и оставалось только терпеть страдания, ведь они обратались и в специальные консультационные агентства, и к психологам, и, в конце концов, даже в полицию, но решения проблемы найти так и не смогли. Полиция не вмешивается до тех пор, пока не произойдет инцидент. Однако с человеческой точки зрения, если инцидент произойдет, то вмешиваться будет уже поздно. Человек в первую очередь ищет не столько доброго совета, сколько хочет получить конкретный план, позволяющий остановить издевательства, хочет, чтобы ему дали реальную силу.

Я сам ходил по разным неблагополучным семьям, страдающим от издевательства детей над родителями. И именно там я осознал, что проблема стоит значительно серьезнее, чем выглядит со стороны. В этих домах нередко царит настолько сумасшедшая атмосфера, что пробирает озноб. И везде я понимал, что эту проблему кроме нас больше решить никому.

Президент Ояма говорил: «Без силы справедливость невозможна». Конечно, молча смотреть на то, как на твоих глазах убивают человека — невыносимо, потом не простишь себе этого всю жизнь. Тогда я особо остро почувствовал, как необходимо иногда силой справедливости остановить издевательства. Вот почему каратэ-до, которое мы изучаем, еще называют «кацудзин-кан» (кулак, возрождающий человека).

В зале для меня все дети равны, какие бы проблемы ни были с ними связаны в прошлом. После того как ребенок

поселяется у меня в школе, даже самые серьезные проблемы решаются в неожиданно короткие сроки. Дети засыпают и просыпаются в зале, тренируются до седьмого пота, и я верю, что это соприкосновение с духом карата-до — самый лучший способ лечения.

В додзё в первую очередь учатся этикету. Здесь-то ребёнок и начинает понимать, что значит уважение, а тяжесть самой тренировки заставляет его осознать и почувствовать на себе боль и страдания других людей. Это позволяет естественным образом привить детям чувство сострадания.

Я думаю, причина участвовавших случаев издевательств и жестокого обращения лежит именно в том, что многие дети ни разу не прочувствовали на себе боль и мучения.

В моем карате я буду стараться и в дальнейшем воспитывать как можно больше здоровой молодёжи.



Летние сборы в Южной Африке (май 2004 года)



ОЯМАМАСУТАЦУИЗМ



Из Москвы в Киев (май 1990 года)

124

После смерти президента Ояма я провожу за границей времени больше, чем в Японии. Дело в том, что уже на протяжении многих лет я отвечаю за районы бывшего СССР и Восточной Азии. Моя миссия и долг состоят в том, чтобы распространять искусство Кёкусин карата, которому нас научил Ояма Масутацу, и донести до самых отдаленных уголков мира священный дух Кёкусин и великие идеи Учителя.

Впервые я познакомился с бывшим Советским Союзом в 1990 году. В этот год в Киеве, столице Украины, силами города был устроен фестиваль. По приказу Учителя Ояма, я с командой из 20 черных поясов прибыл в столицу Украины,



Показательные выступления в Киеве (май 1990 года)

125

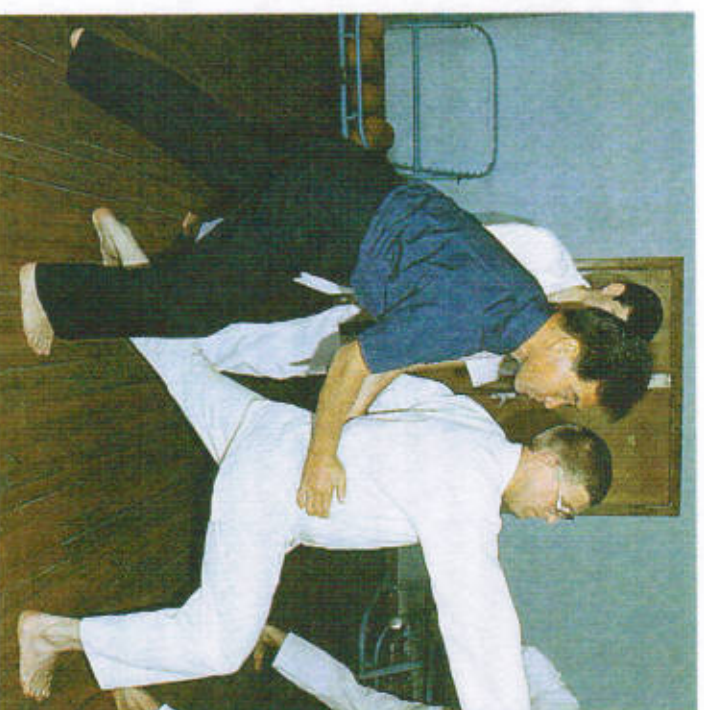
и мы провели показательные выступления перед многочисленными киевлянами. В то время большие группы японцев были в СССР редкостью, а такая команда карата из Японии вообще приехала впервые. Естественно, наш визит вызвал огромный интерес.

Успех нашего выступления превзошел все ожидания и, похоже, оказал на многих людей глубокое впечатление. К тому же эти показательные выступления транслировались по всем каналам телевидения бывшего СССР. Вероятно, с этого момента здесь и начался бум Кёкусин карата. После нашего возвращения в Японию головная штаб-квартира оказалась буквально завалена заявлениями на открытие отделений в различных городах бывшего Советского Союза. Помню, мы их тогда насчитали около 600. Можете себе представить, какой резонанс вызвала наша поездка. Результатом успеха этих выступлений стали наши регулярные посещения стран бывшего СССР — Украины, Казахстана и, конечно же, в первую очередь России.

Обучая карата за границей, в зале особых трудностей я не испытываю. Скорее, больше сил мне приходится тратить на обучение духу карата-до в обычной жизни. Я считаю, что, в некотором смысле, настоящее обучение начинается, когда занятия в зале окончены и тренировочная форма снята.

Например, во время недавней поездки в Москву со мной произошёл такой случай. Председатель западного отделения Кёкусин для нашего обслуживания заказал лимузин, да такой, что в России нечасто найдёшь. Он сказал, что это автомобиль его друзей. И мы, во время пребывания в Москве, ездили на этой машине. Получилось так, что два его друга, выступая в роли водителей, были все время с нами.

С самого первого момента нашей встречи они держали себя высокомерно, и атмосфера была такой, что, по крайней мере, «обслуживанием гостей» это назвать было нельзя. Однако за три дня, которые мы провели вместе,



Обучение на семинаре в Киеве (1990 год)

они будто кожей почувствовали дух и этикет, присущий карата, и стали вести себя совершенно иначе. Они даже делали замечания другим, если им казалось, что те ведут себя с нами некорректно. Конечно же, эти люди не занимаются карата, но я тогда почувствовал уверенность в том, что даже за короткий промежуток времени, соприкоснувшись с духом карата-до, можно научиться вежливому обращению друг с другом и сочувствию к людям.

За границей я часто встречаюсь с различными людьми. И я вижу, как они все, узнавая о духе Кёкусин карата, начинают проникаться искренним уважением к идеям Ояма Масутацу.

Учитель Ояма всегда подчеркивал, что дух Кёкусин должен сыграть большую роль в сохранении мира на земле и развитии сотрудничества между странами.

«...Я верю, что после полного окончания работ по укреплению и упорядочению организации Кёкусин каратэ, на что я отвожу срок с 90-го по 2000 год, следующей нашей задачей станет взаимоотношение с обществом.

XXI век для Кёкусин каратэ будет веком вклада в развитие общества...

...Сейчас я хочу сказать всем занимающимся Кёкусин каратэ: "Мы должны жить с твердой верой в то, что мир во всем мире будет сохранен, благодаря Кёкусин каратэ". Внутри самой организации Кёкусин каратэ мы уже создали идеальные дружеские отношения. Эти отношения помогут развивать и дальше, нужно стремиться к осуществлению мечты — сохранению мира во всем мире.

Мы должны видеть нашу цель в том, чтобы всегда, во всех наших начинаниях служить делу мира. В ближайшем будущем это станет нашей работой».

Из книги Ояма Масутацу «Дух Кёкусин»

Я искренне восхищаюсь духом Президента Ояма, который показал нам цель XXI века. Дальше мне хотелось бы познать вас с одним реальным случаем, который подтверждает его слова: «Внутри самой организации Кёкусин каратэ, мы уже создали идеальные дружеские отношения».

Эта история была рассказана директором отделения Кёкусин в Грузии. К сожалению, он ушел из жизни, и дальнейшая судьба героев этой истории мне неизвестна. Конечно, я бы хотел знать, здоровы ли они. Если кто-нибудь знает о том, как сложились их жизнь, прошу вас, сообщите мне о ней.

— Советский Союз распался. В Грузии шла война.

Случилось так, что солдат одной из сторон попал в плен. И когда боец враждующей стороны повел его на расстрел и уже собирался спустить курок, он вдруг заметил, что у пленного на груди что-то сверкнуло. Это был значок Кёкусин.

— Ты что, из Кёкусин? — спросил он приговоренного к смерти.

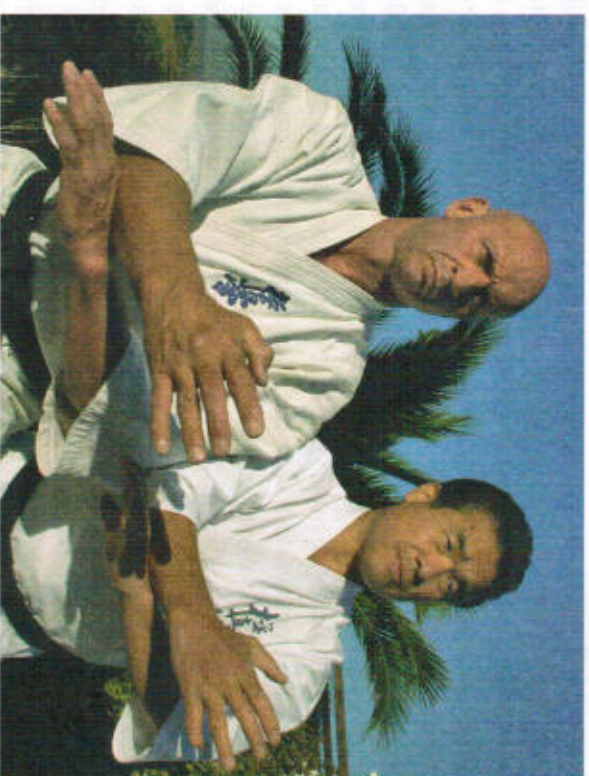
— Да, я занимаюсь Кёкусин! — ответил тот. Тогда боец сказал: «Я тоже занимаюсь Кёкусин, и хотя мы и враждующие стороны, но убить тебя я не могу... Бегги!». И с этими словами он отпустил пленного.

Когда война закончилась, наш боец женился, и теперь они дружат семьями и считают себя родственниками.

В основе этой истории лежат реальные события. Люди разных национальностей были врагами, но, благодаря Кёкусин на этой войне родится хотя бы и маленький, но мир. Думаю, не стоит и говорить, как я был потрясен, услышав эту историю, ведь она — живое подтверждение слов Ояма: «Эти отношения следует развивать и дальше, нужно стремиться к осуществлению мечты — сохранению мира во всем мире».

Я преисполнен решимости отдавать все свои силы тому, чтобы до каждого уголка мира донести Оямасутэцуизм — философию и идеи Президента Ояма. Это и есть миссия Кёкусин, которую мы должны осуществлять в XXI веке.

ПУТЬ В КЁКУСИН



С Хени Ёсманом. Во время проведения семинара в Южной Африке (май 2004 года)

Карата-до, которым мы занимаемся, должно стать самым сильным. Если оно слабо, тогда это — не карата. Но как пользоваться силой, которую ты приобрел? Пройдет время, и этот вопрос обязательно встанет перед вами.

Карата-до без уважения к людям, без сочувствия к ним, не существует. Нет в мире такого карата, где добиваются только лишь удовлетворения своих прихотей и желаний. Его сила должна приносить пользу другим, поэтому-то оно и является Путем. Но дальше возникает вопрос — как это сделать?



Профессиональные боксеры — супертяжеловесы, бывшие чемпионы мира — Мухаммед Али (Кассиус Клей) и Майк Тайсон прославились своей силой.

Боксер Мухаммед Али стал чемпионом мира в 1964 году, побив Сонни Листона, известного в то время супертяжеловеса, короля ринга и сильнейшего бойца в истории бокса. Девять раз Али вызывали на поединки, и он ни разу не проиграл. Однако в 1967 году за то, что он отказался участвовать в войне во Вьетнаме, его лишили титула чемпиона и изгнали из мира бокса. Три с половиной года ему запрещали выходить на ринг. После того как Мухаммеда Али восстановили в правах и разрешили выступать, он проиграл Джорджу Фрезеру и Кену Нортоу. Однако в матч-реваншах с Нортоном и Фрезером он победил их обоих и завоевал право на участие в соревнованиях на звание чемпиона мира. В октябре 1974 года в Киншасе, столице Заира, проходит матч на звание чемпиона мира с Джорджем Форменом, на котором он великолепным образом побеждает и во второй раз становится чемпионом мира. Этот матч воспевают как «поединок века». Потом его назвали «чудом Киншасы» и истории об этом матче рассказывают по сей день.

Затем, в феврале 1978 года, он проигрывает Леону Спинксу и теряет свой титул, но в сентябре того же года в третий раз становится чемпионом мира. В 1981 году Мухаммед Али уходит из спорта, а в 1984 году врачи у него обнаруживают синдром Паркинсона. Независа на неизлечимую болезнь, в 1990 году он принимает активное участие в освобождении американских заложников, захваченных в Ираке, и эта акция проходит удачно. На олимпийских играх в Атланта, когда последний факел доносит Эстафета Олимпийского огня, — Мухаммед Али доносит факел до священной чаши и дрожащей рукой, прилагая все усилия, зажигает олимпийский огонь, — это потрясает мир. Тогда весь мир рукоплескал Мухаммеду Али, являющемуся достойным для подражания примером силы человеческого духа.

Другой боец Майк Тайсон, после того как Али покинул ринг, также стал очень знаменит, и среди всех последующих

чемпионов считается самым сильным боксером. В 1986 году, еще очень молодым, в 20 лет он завоевывает титул чемпиона мира в супертяжелом весе по версии WBC¹, а в 1987 году став чемпионом по версиям WBA² и IBF³ в результате становится обладателем всех трех титулов.

Вел он себя, однако, довольно распухнуто. Буйству и хулиганя, порождал одну проблему за другой. После проигрыша Джеймсу Дугласу в феврале 1990 года в Токио, ему никак не удавалось восстановить звание чемпиона. И только Тайсону представился случай в матч-реванше вернуть этот титул, как он попадает в переплет с изнасилованием (июнь 1991 года), против него возбуждается уголовное дело, и матч отменяют. В следующем 1992 году его признают виновным.

В марте 1995 года Тайсона досрочно освобождают из под стражи, и он возвращается в мир бокса. В марте следующего года он вновь отвоевывает титул чемпиона по версии WBC, а в сентябре — по версии WBA. После полного возвращения всех своих титулов, в шестом поединке ему выпадает встретиться с Эвандером Холифилдом.

В ноябре 1996 года Тайсон проигрывает Холифилду в 11-м раунде техническим нокаутом — TKO⁴. В июне следующего 1997 года Тайсон снова встречается на ринге с Холифилдом и опять проигрывает потрясенный инцидент. В третьем раунде он откусывает ухо Холифилду. По решению врача бой был продолжен, но на ринге он кусает Холифилда за второе ухо. По окончании третьего раунда судьи, просмотрев видеозапись боя, подтверждают нарушение правил во второй раз и дисквалифицируют Тайсона.

Боксерский комитет штата Невада, в ведение которого проходили эти соревнования, налагает на Тайсона штраф в размере трех миллионов долларов и на год лишает его лицензии. Это было тяжелым потрясением для фанатов бокса, но тогда в мире никто не выступил в поддержку

¹ Всемирный боксерский совет.

² Всемирная боксерская ассоциация.

³ Международная федерация бокса.

⁴ Техническим нокаутом (в списках боев обозначается для победителя — TKO, для проигравшего — LTKO).

Тайсона — над ним просто смеялись. Каким бы он ни был сильным, каким бы ни был талантливым, но боец Тайсон не подчинялся общечеловеческим правилам, шел на поводу своих желаний, и поэтому-то его и оценивали как неудачника.

«Согнут в поклоне, но взгляд высоко, рот на запоре, но сердце открыто, почтение к древним — источник всего, отдай свою силу на пользу другим», — Ояма Масутацу.

Мы стоим в преддверии XXI века и должны думать не о том, что нам этот век принесет, а о том, что мы можем сдать в грядущем столетии. В упорной работе с каждым днем мы должны становиться сильнее и отдавать себя тому, чтобы Кёкусин приносил пользу обществу.

Я приложу все силы к постижению истины Пути Кёкусин. Я твердо уверен, что вся жизнь в карата-до — это и есть мой путь.

1998 год, начало лета



ПЕРЕАУСТЫВАЯ СТРАНИЦЫ ПРОШЛОГО. 40 ЛЕТ В КАРАТЭ

**Интервью с Президентом Федерации
Кёкусин-кан Каратэ-до России
Михилом Викторовичем Сапленчуком**



Автор и М.В. Сапленчук (Президент Федерации Кёкусин-кан Россия) на телеканале «Настроение», ТВЦ (Россия, май 2004 года)

Становление характера

Рояма-сан, можно попросить Вас рассказать о себе в детстве?

Я рос очень живым и неутомленным ребенком. Сейчас я смотрю на своих детей и понимаю, что они — точно моя копия. Мне все было интересно. Все, что я видел, люблю вещь, которая двигалась, мне хотелось потрогать. Я везде совал свой нос, и мама меня за это часто ругала. «Боже, когда же ты утомонишься», — то и дело повторяла она мне.

Вероятно, у Вас был излишек энергии?

Да, можно сказать, что энергия из меня просто била ключом. Большую часть времени я проводил на улице, и домой приходил грязным с головы до ног. Маме часто приходилось стирать мою одежду и вытирать мне нос, который почему-то был постоянно забит. Но я и сам все время вытирал его, а так как, сами понимаете, пальцы у меня частенько были грязными от уличных игр, то под носом всегда было черно.



На летних сборах



У меня была очень хорошая двигательная реакция, и я быстро ко всему адаптировался. Кроме того, мне всегда хотелось казаться лучше других и очень нравилось, когда на меня обращали внимание. Мама мне часто говорила: «Тебя вечно подзуживают, смотри, попробуй взобраться на дерево, упадешь», — она, видно, знала, что в моем характере есть такая черта.

Сейчас по телевизору часто показывают передачу, где спортсмены прыгают через своеобразную башню, составленную из коробок, и ее высоту постоянно поднимают. Мы в свое время тоже прыгали через «козла», но несколько по-другому. У нас постепенно отодвигали трамплин и тот, кто уже не мог допрыгнуть, проигрывал. Я был очень подвижен и, по крайней мере, в этой игре никому не уступал. В детстве я даже умел делать сальто в воздухе. И был без ума от Ниндзя.

Занимались ли Вы в детстве каким-либо спортом?

Да. Тогда меня очень привлекал бейсбол. Правда, официально мне не довелось войти в бейсбольную команду, но, так сказать, «на траве» вместе с дворовыми мальчишками я довольно часто играл в бейсбол. Особенно хорошо у



Показательные выступления в Париже (октябрь 1997 года)

меня получался удар «homeshu»¹ и, кстати, не за счет силы, а за счет техники — я ведь был маленьким и силой не отличался. Кроме того, я родился 31 марта, поэтому оказался на год младше своих одноклассников. (В Японии учебный год² начинается в апреле, и основная масса детей к этому моменту года уже соответственно старше шести лет.) А в детстве разница, казалось бы, всего в один год очень велика. Когда нас выстраивали по росту, я оказывался далеко позади. У меня по этому поводу появился комплекс, впрочем, как и у многих, кто побывал в такой ситуации (думаю, люди, пережившие это, меня поймут). Вообще, у меня запаздывало физиологическое развитие. Например, в шестом классе у некоторых моих одноклассников уже появились волосы в разных местах, а у меня и в десятом там было все гладко, как колено. С другой стороны, окончив школу, я все еще продолжал расти и вытянулся

¹ Рус. «Хомшан» — удар, автоматически приносящий команде очко, когда бьющий сможет ударить так, что мяч, не касаясь земли, перелетит все поле и улетает за забор.

² В Японии в школу обычно идут в шесть лет. Далее система образования представляет собой следующую схему: младшая школа — шесть лет; средняя и старшая школы — три года.

на несколько сантиметров, да и вес, не скажу, что в два раза, но увеличился. При этом я вообще стал больше в объеме. Как-то раз, в десятом классе, мы с друзьями допоздна засиделись у нашего знакомого, с которым вместе готовились к экзаменам, и в результате остались у него ночевать. Перед сном мы вместе пошли в баню, и тут он при всех, указывая на меня пальцем, сказал: «Как?! У тебя что, еще нет волос?». Мне тогда стало так стыдно! И только в 12 классе у меня, наконец, потихоньку стали появляться признаки «возмужания».

Поступление в школу Оама

Что Вас толкнуло начать заниматься Будо?

Каратэ я стал заниматься, скорее всего, потому, что был очень маленьким и слабым. До этого, еще в младшей школе, я пробовал заниматься дзюдо. Меня пленила сила ге-рой Сутата Сансиро¹. Правда, хватило меня всего лишь на один год. Я ведь был еще совсем маленьким и занимался, скорее всего, не для того, чтобы действительно стать сильным, а просто хотел похвастать перед сверстниками. Мне казалось, что, занимаясь дзюдо, можно стать красивым. Но все же, имея от рождения хорошую двигательную реакцию, я часто использовал прием «ножницы»², довольно сложный в применении. Этим приемом я много раз ставил своих партнеров с ног на голову.

Почему Вы решили заняться поисками «истинной силы»?

Мой отец сильно пил. Когда он возвращался пьяным, все мои сестры убегали из дому. У меня в семье - три старших

¹ Главный герой романа писателя Цунео Томиа «Легенда о дзюдо». По мотивам этого произведения в 1943 году Куросава Акира снял фильм с таким же названием. Фильм имел большой успех, поэтому через два года по просьбе кинокompании «Тохо» Куросава снял продолжение — «Сутата Сансиро», или «Новая сага о дзюдо 2».

² Яп. «Канибасами», дословно «клепача краба».





сестры, а я был единственным сыном. И мое положение «старшего сына» обязывало меня что-то предпринять. Отец продолжал пить, и уже во время учебы в средней школе, мне пришлось серьезно задуматься над тем, что обязательно «старшего» в семье дадут на меня. Вероятно, тогда это желание — стать сильным — и начало просыпаться во мне. Конечно, в душе я уже и без того мечтал, во что бы то ни стало приобрести силу и уверенность в себе. В то время я жил неподалеку от станции «Ояма», которая находилась в двух остановках от станции Икабукуро¹ по линии «Тобу Тодэ-сэн». Я теперь, думаю, может все это не случайно, вероятно, название этого района тоже каким-то образом сыграло роль, кто знает...

В то время мои знакомые — местные хулиганы — часто с пеной у рта спорили о каком-то «Ояма карата», — говорили, что его основатель голыми руками убивает быков, ударом руки разбивает огромные камни и, вообще, в разговоре все сходилось в том, что он самый сильный в мире. Эта мысль постоянно вертелась и у меня в голове. В мое время считалось, что карата — это зло, а дзюдо — справед-



На памятной церемонии, посвященной 10-летию со дня смерти Ояма Масутацу, в главной штаб-квартире Ояма Кёсуси-кайкан (слева направо — Хенри Босман, Александр Нестеренко, автор, Абдужа Такаси, Сато Кацуаки, Михаил Славенчук)

ливость, но меня карата очень привлекало. В особенности, когда я слышал о смертельных ударах «саннэнгоси»¹ или «тонангоси»², в моем сердце возникал мистический страх. Таким образом, еще с детства мне казалось, что карата таит в себе какую-то таинственную силу.

В средней школе, я считался очень ловким, поэтому входил в сборную команду по гимнастике. Перейдя в старшую школу, я оказался на пороге взрослой жизни. Тогда-то я и утвердился во мнении, что только карата может сделать мужчину сильным, хотя в то время еще не решался пойти учиться в «Ояма додзё». Дело в том, что я перешел в старшую школу, где уже была секция карата, — это было Вадору, и о ней мне говорили, что там нравы, конечно, не такие суровые, как в «зале Ояма», но тренировки тоже «не подарок».

¹ Станция в одном из больших районов Токио, рядом с которой находился зал Ояма Масутацу.

¹ Удар, в результате которого смерть наступает через три года.
² Удар, в результате которого смерть наступает через пять лет.



Как-то раз я столкнулся в лифте со старшеклассником из другой школы. Мы зацепились из-за какой-то ерунды: по-моему, кто-то на кого-то косо посмотрел. Я тогда подумал: «Вот дурак, чего пристал, ну я тебе сейчас покажу», но, посмотрев на его руки, увидел мозоли на косточках. Однако прежде чем продолжить, я рассказу предысторию.

Однажды, еще в 10 классе, я стал свидетелем того, как предводитель знакомой нам группы, довольно крепкий физически парень, был ловко сбит с ног одним из своих «подчиненных» достаточно скромного телосложения. У этого парня были «набиты кулаки» и, как я потом узнал, у него был то ли четвертый, то ли второй *кю*¹ по каратэ. Поэтому я и думал: «Каратэ — это вещь! Только занимаюсь каратэ, можно стать сильным». И тут эта драка в лифте...

Он заорал на меня: «Ты лучше со мной не шути!», — и дал мне пощечину, а меня как будто парализовало, я сильно «струхнул», увидев его набитые кулаки. После этого случая я и решил: «Нужно стать сильным, хотя бы для того, чтобы не проигрывать таким вот подонкам». Ведь я уже и раньше думал, что займусь каратэ, — так почему бы

¹ Система степеней в каратэ. Ученические степени *кю* — с 10 по 1-й и мастерские ступени — от 1 по 10-й дан.

мне не пойти в «Ояма додзэ», рассказы о котором слышу с детства. Третьего октября 1963 года, мне тогда было 15 лет, я отправился в «Ояма додзэ», находившееся за университетом Рикё. Я слышал, что Учитель Ояма — выдающийся мастер, — и полагал, что зал у него тоже должен быть незаурядным, но сколько не искал, так и не смог его обнаружить. На самом деле зал действительно находился за университетом Рикё, но это была обычная трехкомнатная квартира в одном из многоэтажных домов. Она состояла из стандартных комнат, расположенных в ряд, и только последняя комната была в два-три раза больше двух предыдущих. Говорили, что раньше там располагалась балетная школа. Это место, где раньше танцевали, и свал Учитель Ояма для занятий каратэ. «Неужели это и есть пре-словутый зал Ояма!?!», — весьма легкомысленно удивился я тогда. Но теперь это уже не имело значения, ведь я пришел сюда, чтобы стать сильным. Конечно, в то время Кёкусин еще не был всемирно известной организацией, и



Показательные выступления школы Кёкусин-кан на дружеском чемпионате по Санда (Китай, Гуанчжоу, июнь 2004 года)



Автор вручает приз бойцу самбо
(Киптай, Гранчжоу, июнь 2004 года)

атмосфера в зале царила совершенно не такая, как сейчас. Учитель Ояма очень не любил бесконтактное каратэ и называл его «танцами». Скорее всего, Ояма Масутацу в то время был первым, кто открыл зал, где занимались «реальным, боевым каратэ». Конечно, среди тех, кто приходил сюда, были люди, восхищавшиеся Учителем, но было, приходили и *додзёбури*¹. Эти люди считали свои школы сильнее и хотели на деле проверить, что стоит «Ояма каратэ». Поэтому к *додзёбури* относились довольно серьезно.

Да и сам Учитель Ояма тоже чувствовал опасность и отнесился к *додзёбури* с осторожностью, ведь если бы кто-то проиграл, то Учитель должен был «снять вывеску», т.е. закрыть школу. Поэтому в зале Ояма каждый помнил — если пришел *додзёбури*, «живым» его отпускать нельзя.

Даже те, кто действительно восхищались Учителем Ояма, но раньше занимались другим стилем каратэ, должны были пройти «боевое крещение». В поединке наши



учителя их довольно сильно избивали, проверяя тем самым, действительно ли они хотят заниматься Кёкусин. И если человек не проходил теста, в школу его не принимали. Я начал с белого пояса, поэтому пройти «боевое крещение» мне не пришлось, но я всегда был к нему готов. И сам Ояма тогда часто говорил: «Лучше иметь одного сильного ученика, чем 100 слабых».

— Вы должны тренироваться в два, в три раза больше чем кто-либо другой, — часто повторял он нам.

— Я не бог. Человек должен привести быков на водопой к реке, но пить им эту воду, или нет, решают сами быки. В мои обязанности входит вас научить! Но станете вы сильными или нет это уже зависит от вас самих, — говорил он нам. Таким образом, Ояма Масутацу всегда сам задавал тон и просеивал всех, как через сито.

Тренировки в школе Ояма

Учитель Ояма изо дня в день заставлял нас помногу раз повторять одни и те же простые движения. Он был очень вредливым. Его духовной выдержке и выносливости мог бы позавидовать любой. После трех-четырех часов тренировки

¹ Бойцы, которые ходят по залам, бросая вызов другим школам.

устанет кто угодно, даже если просто преподает. Само собой разумеется, мы тоже сильно уставали, но только теперь я понимаю, как он уставал, обучая нас карата. Учитель повязывал себе на голову полотенце, и начиналось: «... теперь еще раз, а ну-ка еще, а теперь на счет, — ты начинаешь, а ты заканчиваешь! — Раз, два, три, поворот, и еще — раз, два, три, поворот! Кричите громче, так, повторяем еще раз!...» — и так до бесконечности. Чтобы так преподавать, мне кажется, нужно обладать невероятной силой духа и выносливостью.

В то время Учитель Ояма занимался строительством нового здания, рассматривал всевозможные проекты и наступил момент, когда он вообще перестал появляться в зале. Тогда роль учителей взяли на себя старшие ученики. Тренировки приняли следующую форму: занятия вел один из старших учеников школы, но когда приходил более старший — наш учитель становился в строй, а тренировку продолжал вести следующий наставник.

Боу без правил

Весной и осенью в школе Ояма, прославившейся как самое суровое карата, появлялось много любопытных, желающих проверить правдивость этих слов на себе. Естественно, в зале становилось довольно тесно. Тогда старшие наставники по предварительной договоренности начинали проводить так называемое «прореживание рядов». Обычно одна тренировка длилась три часа, из них один час уходил на занятия базовыми упражнениями — *кихон*. Затем перемены, *ката*, потом общая физическая подготовка — бесконечные отжимания и стойки на руках. В самом конце тренировки три наставника выходили вперед и начинались поединки. Обычно они продолжались около 30 минут, но когда начиналось «просеивание», длительность поединков возрастала до часа. Когда черные пояса начинали наматывать на кулаки полотенца, уже было понятно, что сегодня



всем нам придется очень плохо. Время поединка три минуты. Но только ты собрался вернуться на свое место, как тебя тут же окликали: «Эй, ты куда? Я следующий!». Таким образом, в лучшем случае на место можно было вернуться только через девять минут. Но не всегда. Часто по окончании этих девяти минут тебе кричали: «Еще раи!», — и так до бесконечности. Поединки в то время проводились совсем не так, как сейчас. Были разрешены удары в лицо, броски, удушения, захваты, другими словами — это были реальные бои, и в некотором смысле это карата действительно было похоже на драку.

Например, люди, которые только пришли учиться, совершенно не знали, что делать, но когда они говорили: «Я не знаю, как вести поединок», — им тут же отвечали: «Ты когда-нибудь дрался? Нападай, как будто просто со мной дерешься», — после чего следовал сокрушительный удар и новичок падал. И часто, во второй раз, многие из них в зале уже не появлялись. С одной стороны, это было просто



Семинар в главном зале Федерации Кёкусин-кан карата России в Москве (июнь 2004 года)



Ангор обучает стойке «Э-но-дзи» (Польша, июль 2004 года)

ужасно. Но с другой стороны, тогда не было такой большой международной организации, как сейчас, не проводилось ни чемпионатов, ни соревнований, поэтому ежедневные тренировки и были этими самыми соревнованиями. Вот такая атмосфера царила тогда в зале.

Сейчас учеников разделяют на категории, например, если только начал учиться, тебе назначают белый пояс, определяют в соответствующую группу, учат и выставляют на соревнования или чемпионаты в соответствии с достигнутым уровнем. Следят за тем, чтобы на обычных тренировках люди не травмировались, поединки проводят на уровне легких спарингов и выкладываются только на соревнованиях.

Но в то время чемпионатов не было, поэтому проверить себя можно было только на тренировке. Другими словами, ежедневные тренировки в зале и были соревнованиями, максимально приближенными к обычному уличному бою. Стоило забыть поздороваться с наставником, как он тут же



кричал тебе: «А ну выходи!», — и не успеешь глазом моргнуть, как от града ударов оказываешься на полу. Поэтому обстановка в зале всегда была напряжена до предела.

Как-то раз один из наших наставников, так сказать, «обделался» во время поединка. От сильного перенапряжения это бывает, и у него из штанины выкатилась черная, как смоль, какашка. Какой тут поднялся шум: «Что это? А, так это ж дерьмо!». На кровь из носа тогда вообще никто не обращал внимания. В то время щитков еще не было, а если кто-то и пытался как-нибудь себя защитить, на него тут же кричали: «Ты посмотри на этого нахала, он еще что-то на себя нацепил!». Вот какое было время!

Зеленый пояс за полгода

Через полгода после поступления в школу Ояма я уже получил четвертый *кю* и повязал себе зеленый пояс. В то время за белым поясом сразу шел зеленый. Обычно, чтобы его получить, требовалось не меньше года. За зеленым по-исом следовал коричневый и потом уже черный. Таким образом, в мое время существовало всего четыре градации. Тогда я учился в десятом классе и за один год смог выучить все *ката*, которые преподавали в зале. Благодаря своим врожденным способностям, я тут же запомнил все пять *ката* «*Пингван*»¹, но так как физически я был развит слабо, то и силы у меня не было.

Тогда, в зале Ояма начали практиковать следующую форму ведения поединков: сперва черные пояса спарринговали с коричневыми и зелеными, затем коричневые с зелеными и белыми, а уж потом зеленые с белыми. Так как у меня был зеленый пояс, мне доставалось не только от черных и коричневых поясов, но еще и белые давили на меня снизу. Положение было очень тяжелым. Получив зеленый пояс, я тут же почувствовал все его бремя.

¹ Базовые *ката* в стиле Кёкусин каратэ.



Показательные выступления на Первом Чемпионате Японии
по Кёкусин-кан каратэ-до (ноябрь 2003 года)

Что значит хороший наставник

После поступления в зал Ояма первым моим учителем стал наставник Фудзихири, в кикбоксе он выступал под псевдонимом Озава Нобору. О нем Ояма Масутацу отзывался как об ученике, который появляется в школах каратэ в лучшем случае раз в 50 лет. Но этот случай, о котором я хочу вам рассказать, произошел задолго до того, как он ездил в Таиланд. В то время наставник Фудзихири тренировался в два-три раза больше, чем любой из нас. Он был небольшого роста, всего 160 см, но его называли «маленький богатырь».

Как-то раз я пораньше пришел в зал и как всегда застал там Фудзихири. Он вообще всегда приходил в зал раньше других, и к тому времени, когда все собралось, он уже был в самом разгаре тренировки. Так было и в этот раз. Фудзихири стоял перед зеркалом и внимательно смотрел себе под ноги. Я слегка удивился, застав его в такой позе, и спросил: «Почему Вы так внимательно смотрите на свои ноги?».



Автор наносит удар *маэ-гери*

Тогда Фудзихири ответил: «Да вот, знаешь, думаю отрезать себе пальцы на ногах».

Мы тогда часто в поединках разбивали пальцы ног о локти и колени своих партнеров. В то время удар *маэси-гери* — крутовой удар подъемом ступни — в зале Ояма не применялся. Основным ударом оставался *маэ-гери* — прямой удар ногой, хотя, конечно, еще были и подсеки. Что-то похожее на *маэси-гери*, конечно, было, но наносился он не подъемом ступни, а основанием пальцев, из *маэ-гери* с разворотом. Нечего и говорить, что при этом было немало травм. Ломали и пальцы, и локти, разбивали ноги и подобных случаев было очень много. *Маэ-гери*, хоть и ортодоксальный прием, но на самом деле довольно сложный. Тогда, похоже, Фудзихири и подумал, если пальцев на ногах не будет, то и болеть будет нечему.

Конечно, каждому понятно, что если пальцев на ногах не будет, то человек ни стоять, ни ходить нормально не сможет.

Сейчас подобные разговоры у многих, кроме смеха, ничего не вызывают. Но здесь, мне кажется, важным то, как наставник Фудзихири относился к каратэ, как он изучал и



исследовал приемы, с каким упорством доискивался силы. На мой взгляд, сейчас мало кто так же серьезно тренируется и размышляет над техникой.

Я занимался под руководством многих наставников, но когда за дело брался Фудзихира, появилась какая-то особая сила. Это были те же самые три-четыре часа тренировок, но как они отличались от занятий, которые проводили с нами другие наши наставники. Когда с нами занимался Фудзихира, то с него лилось пота в три-четыре раза больше, чем с любого из нас. Тогда мы все понимали, что, обучая нас, наставник Фудзихира на самом деле просто тренировался, а нам ничего не оставалось, как следовать за ним. При этом, мне кажется, каждый думал об одном и том же: «Я, как и он, буду идти до конца!». В этом и заключалась удивительная сила Фудзихира. Он все отдавал тому, чтобы научить нас той мощи, которой обладал сам. И получалось так, что, овладев его силой, мы могли выявлять в себе скрытые возможности и работать, превосходя наш собственный потенциал. Я на себе прочувствовал, как зависит от



Обучение приемам *Ura-aiida*



наставника, сможешь ли ты на тренировке выложиться полностью или нет. Поэтому я так любил занятия, которые он проводил.

Наставник Фудзихира также был известен тем, что за год не пропустил ни одной тренировки — своеобразный рекорд! В то время занятия в зале были не каждый день и проводились по вторникам, четвергам, субботам и воскресеньям. Узнав о его рекорде, я решил со следующего 1964 года, ровно через год после поступления в школу Ойма, повторить его достижение. Я достиг поставленной цели, в течение года не пропустив ни одной тренировки. Но далось мне это не так уж просто. Вначале на тренировки я ходил с удовольствием, особенно меня привлекал поединок. В день, когда нужно было идти на тренировку, ни о каких занятиях в школе я и думать не мог. Вместо того, чтобы внимательно слушать учителей, на занятиях в школьной тетради я расписывал комбинации моего предполагаемого поединка с наставником: «Он, наверное, будет атаковать вот так, а я тогда *мадзэри* и потом вот так». В то время я еще не понимал всей серьезности поединка.

Страх поединка

Затем я получил четвертый *кю*. И тут началось. Наставники перестали меня щадить, а еще и белые пояса давили



на меня снизу. В это время у нас в зале был один наставник, который под впечатлением «мощи карата Учитель Ояма», занимался накачкой мышц. Он был прекрасно сложен и, конечно, очень силен. Как-то раз мне пришлось проводить поединок с ним. Три минуты он так меня швырял и мотал по залу, что я не знал, куда мне деться. С тех пор я понял, что «карата — это страшно». Вдобавок ко всему, я еще и получил четвертый *кю*, после чего был вынужден проводить поединки как с наставниками, так и с белыми пояссами.

С тех пор мне стало неприятно даже проходить в зал. От психологического напряжения у меня постоянно схватывало живот. Стоило мне только подумать о карате, как в животе начинались неприятные ощущения и приходилось бежать в туалет. Я постоянно искал способа избежать поединка и как-то раз даже решился пойти на обман. По дороге к залу был парк. Там я перемотал себе руку бинтом и приди в зал, сказал: «Я повредил себе руку, поэтому сегодня в поединках участвовать не смогу». Но, к сожалению, номер не удался и бесцердечный наставник все же заставил меня стать в спарринг. Со словами: «Придунок, ты, что не видишь, у тебя же есть еще одна рука!», — он без снисхождения начал



Детские показательные выступления
(Москва, май 2004 года)



Приз на Первом Межмунальном Кубке
Федерации Кёкусин-кан карата России
(28–29 мая 2004 года)

меня колотить. Но прошло время, и мне все же удалось добиться поставленной цели — в течение года не пропустить ни одной тренировки. Тогда, помню, я даже получил приз за прилежание.

Не было ли у Вас мысли бросить занятия каратэ?

Такие мысли меня посещали, когда я занимался дзюдо, но за все время занятий каратэ, у меня такой мысли не возникло ни разу. Если бы я бросил заниматься, то уже не смог бы постоянно осознавать. Если мне и есть чем гордиться в это постоянно осознавал. Если мне и есть чем гордиться в этот период, так это только тем, что как бы мне ни было тяжело и страшно, меня ни разу не посетила мысль бросить каратэ. Я всегда говорил себе: «Терпи! Держись!». Тогда мне не хватало физической силы, но благодаря постоянным тренировкам, чувству страха, с которым я вплотную столкнулся, и упорству, с которым я старался этот страх преодолеть, у меня сформировался твердый характер. Я научился сразу начинать дело. Постепенно я стал крупнее, сильнее физически и у меня появилась уверенность в себе. Эта уверенность



и является тем неоценимым богатством, которое я накопил. Это не теория, написанная за столом. Этот опыт я приобрел сам, лично, пройдя через ад тренировок, и его считаю настоящей ценностью.

Случилось так, что в 12 классе перед выпускным вечером я должен был выступить в поединке с капитаном команды карата нашей школы. До этого в школе никто не знал, что я занимаюсь карата. Я никому и не собирался об этом говорить, но перед выпускном вдруг мой секрет был раскрыт. И как мгновенно изменилось ко мне отношение? «Ты что, занимаешься карата? Что, прямо в зале у Ояма?», — даже мои одноклассники постоянно задавали мне такие вопросы. За несколько дней до выпускного вечера практически каждый, кто меня встречал, считал своим долгом поболтать. В общем, разговоры были только об этом. И вот на- стало время поединка. У меня четвертый *кю*, у него второй *дан*. Бой продолжался недолго — я нанес прямой удар кулаком (яп. *чиодан-дзюки*) и на этом все закончилось. Я был абсолютно уверен в себе. Ведь я был воспитан в тяжелых тренировках и прошел через ад зала Ояма. А вот он бросил заниматься карата, вероятно, у него тоже была гор-



В Центральном Додзё Федерации Кёкусин-кан России после проведения семинара отделений (июнь 2004 год)

досье. Потом он в префектуре Саитама держал рестораник, где подавали «*Рамэн*»¹ и долгое время много помогал моей школе. Другим он говорил: «Я тогда проиграл Рояме и бросил заниматься каратэ, но все же я проиграл человеку, который стал лучшим в Японии, и это меня успокаивает». К сожалению, этот человек умер от рака, но у меня сохранились о нем самые теплые воспоминания.

Поражение в поединке — это смерть

В то время если в зал Ояма приходили *додзёбучи*, то ими занимались зеленые пояса. И они полностью справлялись с поставленной задачей. Поэтому-то и говорили, что четвертый *кю* в зале Ояма соответствует черному поясу от первого *дана* и выше любой другой школы каратэ. И это правда. Каждый, кто занимался у Учителя Ояма, гордился тем, что тренируется в самом серьезном зале, который только мог быть тогда в Японии. Учитель Ояма в то время подвергался острой критике и порицанием, но все же он создал эту школу, принял вызов и в честных поединках отстоял свои взгляды. И это он смог, потому что у него была личная гордость и чувство собственного достоинства, нам он часто говорил: «Вы должны побеждать противника одним ударом!». И этот дух крепко засел в нас. Именно это и есть исходная точка Будо каратэ. «Помните! Проигрыв в поединке — это смерть», — таков был лозунг зала Ояма. Все это я почувствовал на себе не в теории, а на практике, и это вошло в мою плоть и кровь. Потом я несколько раз участвовал в соревнованиях по кикбоксу, но какими бы соревнования ни были, у меня ни разу не возникло чувства удовольствия от поединка. У меня был один ученик, который, например, беспечно говорил: «Если чувствуешь, что противник сильный, нечего и дергаться — все равно проиграешь», — я это-то понять не мог. Еще со времен «Ояма додзё» я пропитался

¹ Суп с лапшой на свином или курином бульоне, очень популярное в Японии блюдо.



духом «проигрыш — значит смерть», а также учением, которое гласит, что проигрывать нельзя ни в коем случае. Бой нужно доводить до победного конца, пусть у тебя даже будет поломана рука или нога. Это знание дал нам Учитель Ояма Масутацу, он вселил в нас истинный дух, живущий в мире побед и поражений. «Поражение равносильно смерти», — я до мозга костей пропитан этим духом со времен «Ояма додзэ».

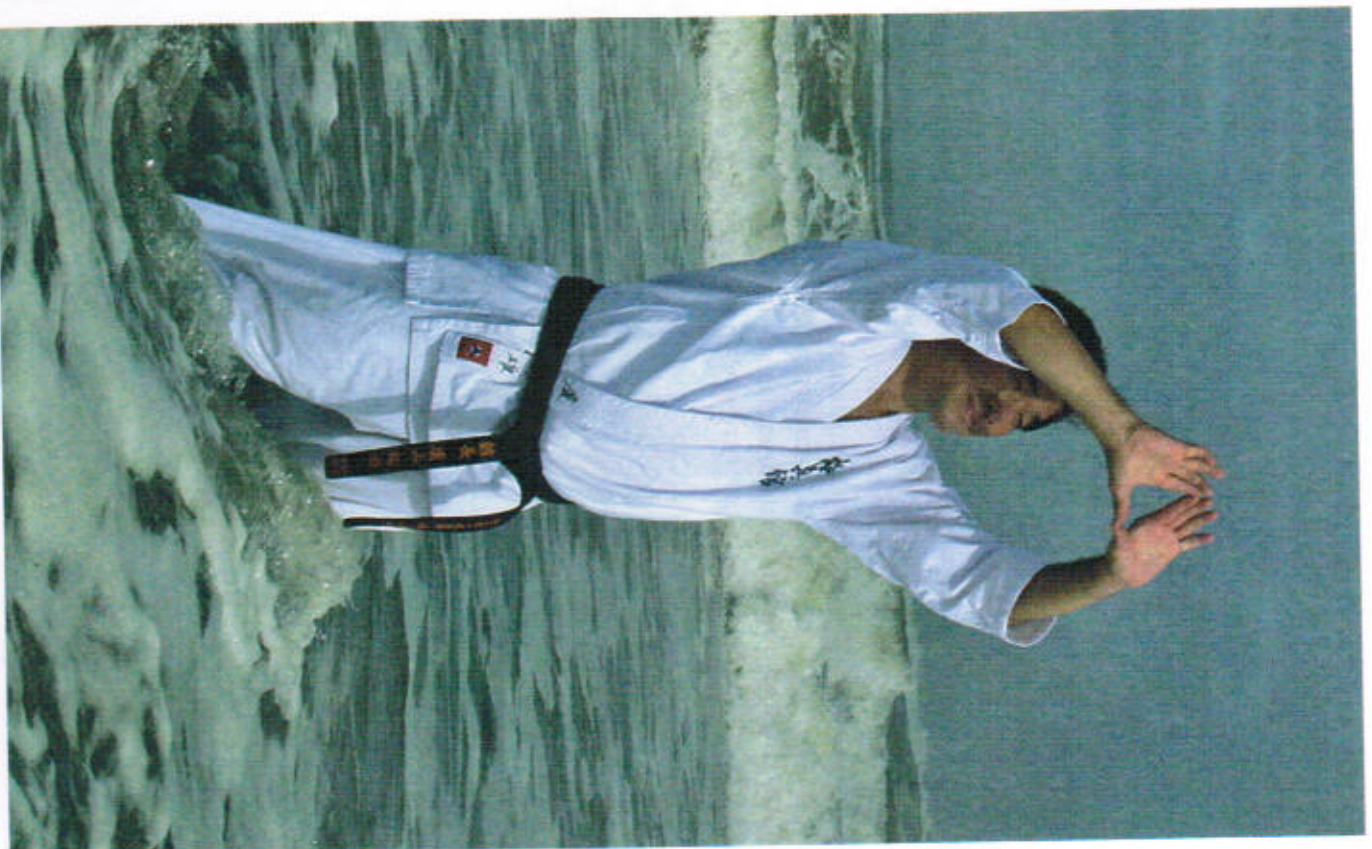
Я стану Мастером

Почему в школе Вы не рассказывали своим друзьям о том, что занимаетесь каратэ?

Я просто не хотел этим хвастаться перед сверстниками. Сейчас кого ни спроси — почему ты хочешь заниматься каратэ — девять из десяти ответят: «Хочу стать чемпионом». Конечно, ценности с течением времени меняются. Некоторые начинают заниматься каратэ просто для здоровья или для того, чтобы держать себя в форме, отдают детей в



Автор в поединке с сиканом Курамото



секции каратэ, чтобы их научили хорошим манерам. Одноко в большинстве случаев молодежь нацелена на то, чтобы победить на соревнованиях, стать чемпионом и купаться в лучах славы. Другими словами, мне кажется, если бы не это, то нынешняя молодежь вообще не стала бы заниматься каратэ. Но у нас в то время не было ни соревнований, ни чемпионатов, и мы занимались каратэ не потому, что хотели славы, а чтобы добиться поставленной цели. Мы каждый день проверяли себя в зале, и нам этого было достаточно. Например, у меня тогда и в мыслях не было стать чемпионом, просто хотелось стать сильным. Я стремился к силе, которой обладали известные мастера, мне хотелось так же, как они, даже состарившись, играть и раздвигаться с молодыми, одним ударом сваливать огромного как дерево человека, голыми руками расправляться с вооруженными людьми, в один миг разбросать пятерых — шестерых нападающих. Поэтому я и не хотел перед всеми бахвалиться, что занимаюсь каратэ. Мне было достаточно удовлетворения от при-



Тренировка под открытым небом преподаю от храма «Косёдзи»

ближения к цели, которую я себе поставил. Я вообще не хотел, чтобы в школе кто-то знал, что я занимаюсь каратэ. Но в зале Ояма было два наставника, с которыми я учился в одной школе. Они-то и приказали мне устроить «показательные выступления». И если бы не они, в школе так никто и не узнал бы, что я занимаюсь каратэ. О моих занятиях знала только семья. Правда, и они, скорее всего, даже подумать не могли, что меня это так серьезно захватило. Конечно, тренироваться для того, чтобы где-то устраивать показательные выступления в надежде, что люди тебя оценят, и заниматься для себя — абсолютно разные вещи. Зачем мне было кому-то рассказывать, что я хочу стать сильным? Однако в душе я, наверное, более чем кто-либо другой, хотел этого.

Но у Вас были набиты кулаки, разве на это никто не обращал внимания?

У меня была такая конституция, что мозоли на косточках просто не могли стать большими. Скорее всего, они больше выглядели распухшими, чем набитыми. Правда, было несколько моментов, когда меня чуть было, не разоблачили. В первый раз это случилось на школьной спартакиаде,



Сборная России по ушу (Москва, 2004 год)



Обучение удару *gedan-zuki*
(Польша, 2004 год)

когда я учился в 11 классе. Я сидел, выставив кулаки вперед, и вдруг один из учителей мне сказал: «О, смотри, а я и не знал, что ты занимаешься каратэ». Тогда я ему ответил: «Это просто оттого, что я с детства, когда хожу в баню, бью кулаками по кафельной плитке». Второй случай произошел чуть позже, в 12 классе. Я хоть и был еще тощий, но уже потихоньку стал набирать мышечную массу, и тело понемногу стало приобретать форму. Друзья меня хвалили: «Смотри, как ты возмужал...». Тогда несколько моих одноклассников занимались другим стилем каратэ и иногда пытались затеять шутиливую потасовку со мной. Но когда они узнали, что я занимаюсь каратэ в зале Ояма, их отношение ко мне моментально изменилось. Если бы этого не произошло, и мне пришлось бы им отвечать, что ж, они были бы виноваты сами, — я был абсолютно уверен, что им не проиграю.

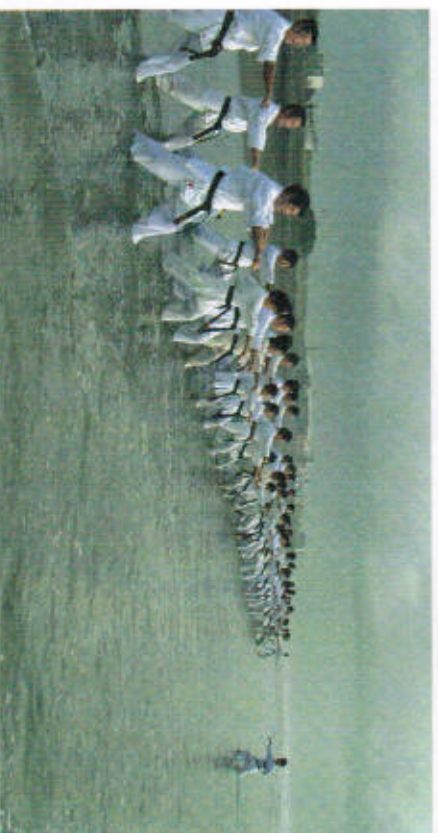
Моя уверенность основывалась на том, что в зале Оямы тренировались в два-три раза больше, чем в любой другой школе каратэ. Это и было моей драгоценностью, моим нажитым состоянием. Тогда любой человек казался мне

маленьким. «Ты сильный? Ты самый лучший? Ну что же, давай, проверим», — так я думал о каждом. Сейчас, я конечно, понимаю, что это было от молодости. Особенно я был уверен в скорости и мог ответить на любой удар противника двумя-тремя ударами. «Ты занимаешься каратэ? Тогда давай сразимся», — это было моим приветствием в то время. В отличие от нынешних бойцов, занимающихся Иккусин, мы тогда очень много спарринговали с людьми из других школ. Это давало нам возможность узнать их технику.

К тому времени наставники Вас уже не были?

К тому времени я уже научился отражать их атаки. Конечно, в первый раз, когда я повалил своего наставника, у меня возникло смешанное чувство радости и вместе с тем стыда. Но он, как наставник, естественно, все же должен был встать.

В 12 классе с учителем Ояма Сигару мы ездили в американские военные лагерь в город Дзама. После показательных выступлений американским солдатам было предложено попробовать себя в поединке с нами. Когда я вступил в поединок с одним из американских солдат, я тут же прижал его и схватил за промежность: «О, хелп ми!», — простонал он. Тогда и проявились характер и твердость духа, воспитанные в повседневных тренировках в зале Оямы.





Говорят, что многие люди, занимающиеся бесконтактным каратэ, всегда хотят проверить, насколько они сильны на самом деле. В Кёкусин же изо дня в день проводятся контактные тренировки, поэтому каждый знает свой предел и понимает, что он из себя представляет. Поэтому-то никому из нас и в голову не приходило проверить себя в уличной драке. Я, конечно, не принимал участия в уличных драках, но те кто в них все-таки попадали всегда держались хладнокровно и имели полную уверенность в победе, сколько бы противников ни было. Правда, когда я начал заниматься Кёкусин то все силы у меня уходили на то, чтобы выдерживать тренировки и ни о каких уличных драках я уже и думать не мог. У нас было несколько наставников, которые попадали в уличные переделки, со мной же такого практически не случалось. Даже наоборот, выходя на улицу, я всегда думал о том, чтобы не попасть в какую-нибудь неприятность.

Люди говорят: «Старые добрые времена...». Да, в то время у каждого из нас была своя мечта, не какая-то всеобщая, навязанная извне, а своя, и каждый из нас просто шел к своей цели и не думал ни о деньгах, ни о почестях, ни о славе, ни о положении. Можно сказать, что мы были романтиками. В то время не было ни соревнований, ни чемпионатов, но пыла было значительно больше, чем сейчас.

Вероятно, люди подумают — зачем заниматься тем, что никто не оценит, зачем нужно так безумно тренироваться? Но, мне кажется, что именно это и является исходной точкой Будо каратэ.

Если задуматься над целями занятий каратэ, то первый вывод, который можно сделать, — это стать физически сверхсильным человеком. Иными словами, овладеть одной из разновидностей сверхчеловеческих возможностей и делать то, что обычному человеку не под силу. Мне кажется, этого хочет каждый. Но при этом не стоит забывать и о духовном просветлении. Слово «просветление» можно заменить словом «душевное спокойствие».



В карате можно положить всю жизнь на то, чтобы научиться бить противника руками и ногами, но при этом постоянно испытывать чувство беспокойства и страха, так ничему и не научившись. Нельзя забывать, что за истинной силой стоит спокойное, мирное сердце.

В этом сердце нет привязанности ни к чему, оно даже не боится смерти, это сердце — само «просветление».

Например, Ямаока Тэсю¹ сочетал боевое искусство с занятиями духовной практикой *дзэн*, и в поисках высшего

¹ Мастер фехтования на мечах жил в эпоху Мэйдзи (1836–1888 гг.). Этот человек весь свой жизненный путь основывал на идее: «Если ты выучил что-либо, то должен тщательно проверить это в действии». Его же считают основоположником теста, подобного Хякуни-күмита.



Автор тренируется в парке храма Косёдзи (2004 год)

мастерства он постиг состояние «абсолютной умиротворенности», то что превосходит победу и поражение, жизнь и смерть, себя и врага. Другими словами, он постиг состояние «мутаки-но синкё» — в сердце нет врагов». Слово «без врагов» не значит, что человек обладает способностью «победить любого врага». Это означает — не создавать врагов в своем сердце, такое состояние и было моей целью. Я считая, что стать мастером — это «постичь состояние абсолютной отрешенности, состояние в котором даже смерть не страшна».

Иероглиф «бу» «武»¹ состоит из двух элементов «戈» — оружие, алебарда и «止» — останавливать. «Боевое искусство» означает «остановить оружие». Другими словами, приемы в боевом искусстве существуют для того, чтобы остановить атаку противника. Но при этом важно не проявлять искусство, когда уже что-то произошло, а предотвращать возникновение самого инцидента и жить с миром в сердце. Именно в этом и заключается путь к просветлению через боевое искусство.

¹ Яп. «бу» — воинское искусство.

Бой с Калленбахом



В то время Кёкусин каратэ еще не была такой огромной международной организацией, как сейчас. Кроме Японии у нее были отделения в Голландии, возглавляемое Джоном Влюмингом, и в Америке, которым заведовал Накамура Тадаси. Учитель Ойма, обладающий богатым опытом преподавания за границей, повторял: «Иностранцы, сколько им ни говори, все равно слушать не будут. Пока ты им на деле не докажешь, что силен, они не признают тебя своим учителем»; поэтому он всегда советовал нам: «Если в зал приехал иностранец, вы обязательно должны его положить». Эта обязанность лежала на нас — инструкторах. И мы неплохо справились с нашим долгом. К нам приезжали из Франции, из Гвумы и из Америки. Я тогда считал, что обладаю превосходной скоростью, и поступал так: наносил *маэ-гэри* и потом хватал за горло, уже этого было достаточно, чтобы проверить истинные намерения иностранца. Правда, многие после таких поединков в школе больше не появлялись. Учитель иногда меня за это и хвалил: «Ну ты молодец, хорошо показал ему, что по чем». Тогда-то к нам и приехал Калленбах из Голландии. Он был очень большим. Кроме того, что он был учеником Джона Влюминга, он еще имел то ли третий, то ли четвертый дан по дзюдо. Это был какой-то монстр — больше 100 кг веса. И я как инструктор осознавал, что мне когда-нибудь придется с ним сразиться. Он тогда провел поединки со всеми черными поясами у нас в зале, и все от него страдало. Они меня предупреждали: «Будь с ним осторожен!». Как-то раз, Калленбах сам предложил мне вступить с ним в поединок. Он, действительно, обладал очень гибким и мягким телом и, несмотря на свои большие размеры, был очень подвижен. Даже переходя в ближний бой, он действовал решительно и тут же переходил на удушающие приемы, что у него хорошо получалось, так как по дзюдо у него был черный пояс. И я ему, конечно, проиграл и в силе, и в выносливости.



С Катленбахом (через 37 лет после поединка, август 2004 года)

Есть такое выражение в карате — мягкость сдерживает жесткость, маленькое управляет большим, но мне тогда казалось, что это все выдумки и рассказы про старых мастеров, и т.п. В конечном счете как я убедился тогда — невозможно победить человека, обладающего большей физической силой. Но зачем тогда мне вообще заниматься каратэ? Ведь в то время физически я был еще не очень развит.

Встреча с мастерами китайского кэмпо Саваи Кэнъичи и его рассказы

В это время мне и посчастливилось встретиться с Учителем Саваи Кэнъичи. На самом деле между Учителем Саваи и Учителем Ояма были давние дружеские отношения. И учитель Саваи иногда заглядывал в зал Ояма и несколько раз в год даже проводил тренировки. Я как инструктор



Като в одном из любимых мест тренировок

зала тоже принимал участие в этих тренировках и слушал его рассказы о китайском кэмпо. В то время в Японии о китайских боевых искусствах никто ничего не знал, поэтому Учитель Саваи был, так сказать, одним из первых, и информации, кроме как от него, больше получить было некуда. Он рассказывал нам очень много интересного. Раньше Учитель Саваи занимался дзюдо в «Кодокан»¹ и имел то ли пятый, то ли шестой дан. Он занимался под руководством таких известных мастеров, как Току Санпо и Мифунэ. После окончания Пехотного Военного Училища в Накано он был направлен в Китай в качестве военного атташе при органах особого назначения Квантунской Армии. В каждом

¹ Школа дзюдо, основанная Кано Дзиро в 1882 г.



городе или селе, куда его заносила судьба, он встречался с мастерами боевого искусства и всегда побеждал. Так, учитель приобрел полную уверенность в том, что японское Будо самое лучшее и самое сильное в мире. Тогда-то ему кто-то из китайцев и сказал, что у нас в Китае есть и другие сильные мастера. «Если вы так считаете, тогда познакомьте меня с ними», — ответил учитель. Его познакомили с Учителем Ван Син-чжай, которому уже в то время было около 60 лет, Учителю же Саван — всего 33. Перед ним предстал маленький, худенький человечек, у которого кожа свисала с рук как с шеи у быка. «И это мне надо было специально



Одна из тренировок на рисовом поле

просить людей, чтобы в результате встретиться вот с таким вот дядей?», — расстроился Учитель.

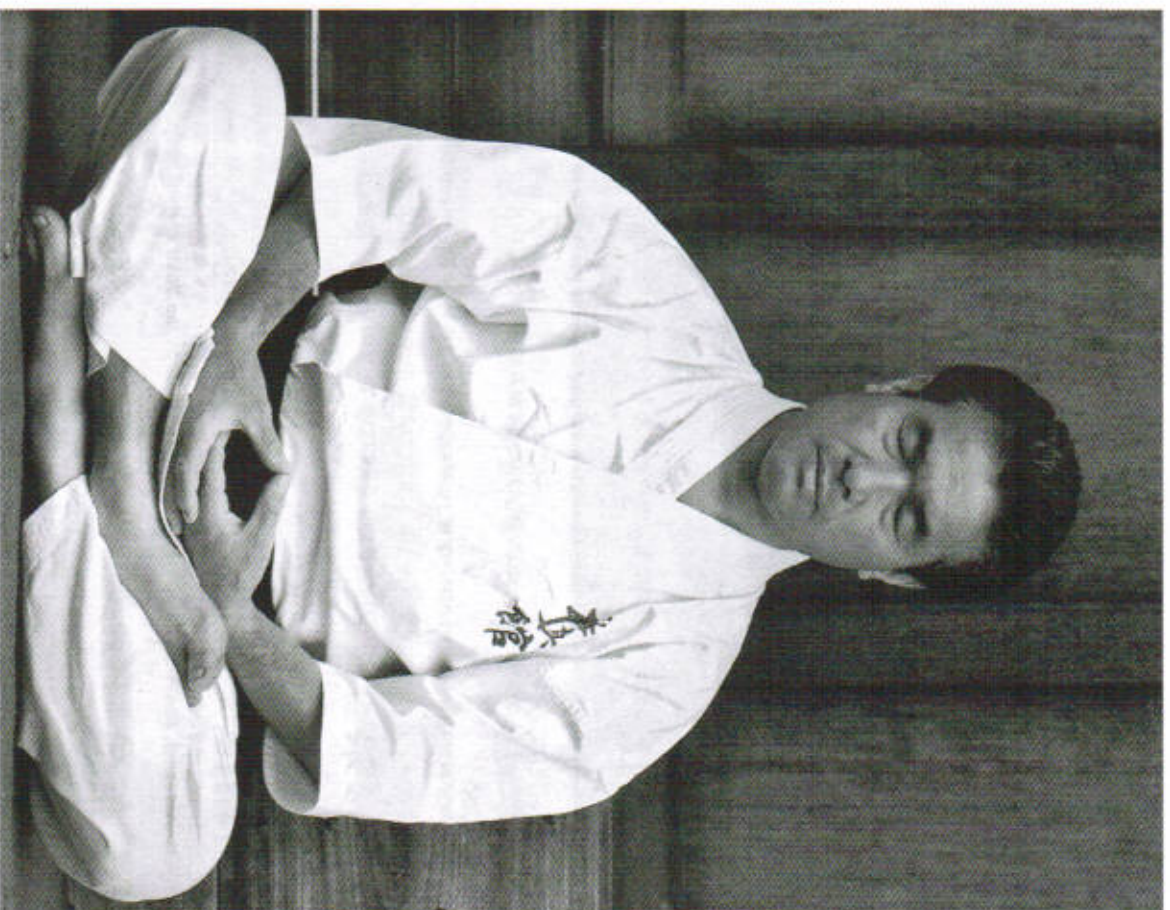
— Ну ладно, раз уж я с ним встретился не отпустить же его просто так, — подумал Саваи, и, схватив Вана за руку, спросил: «Учитель, что Вы будете делать, если Вас так схватят?». Следует добавить, что руки у Вана были тонкими, и они просто утонули в руках Учителя Саваи. Ван Сан-чжай, как бы предупредил: «Ну что, ты готов?», — и вдруг, какая-то неимоверная сила отбросила Учителя Саваи метров на пять, и он врезался в забор. Тогда его, как он рассказывал, прошибло потом, то ли от страха, а может от стыда. Можно себе только представить какой шок испытал человек, который беззаветно верил в непобедимость японского Будо. Тогда Учитель попытался снова схватить Вана. В этот раз он испытал сокрушительный рывок на себя с тем же ошеломляющим результатом. «Если бы я просто проиграл, это было бы еще победы, но то, как я проиграл, переходило все границы». После того, как Учитель расстался с китайским мастером Ваном, он говорил, что не мог есть целую неделю.

Пострадав неделю, он решил, что должен пойти к Вану и непременно стать его учеником. Учитель на протяжении месяца продолжал ходить к дому Вана, принося различные деликатесы, но ему постоянно говорили, что мастера нет дома. И только спустя месяц, когда Учитель Саваи написал кровью клятву, что он никогда не бросит занятий китайским кампо, он, наконец, был принят в ученики. Тогда Учитель Ван нарисовал карту и сказал: «Иди в это место и там тренируйся». Учитель пошел в указанное место, там была финиковая роща, где между деревьями неподвижно стояли люди и занимались непонятно чем. Здесь-то и началось изучение. Учителя Саваи заставили встать в полуприседе и сказали, что это называется «танто». В этой позе учитель простоял три года и больше его ничему не учили. Ван Сан-чжай появлялся на тренировках раз в неделю и бегло осматривал, кто, как тренируется. Естественно, он видел, как тре-



нируется и учитель Саваи, но каждый раз просто уходил, не сказав ему ни единого слова.

Учитель уже начал подумывать: «А не бросить ли мне все это». Его чуть ли не каждый день посещали мысли: «Все, сегодня брошу, нет, завтра точно брошу». И только прошение, написанное кровью, удерживало его от этого шага. Но спустя три года, в его организме понемногу начали происходить изменения, в пальцах появилась какая-то особая чувствительность. Как-то раз Учитель Саваи зашел в одно из пекинских кабаков. Там шла драка между японцами. Учитель стал их разнимать, как вдруг его кто-то попытался ударить. Учитель Саваи рефлекторно выбросил руку, и у его противника фонтаном брызнула кровь из носа. Учитель Саваи сам не понял, как это произошло, но вероятно, это было следствием изменений, начавшихся в организме. Ис этого момента Ван Сан-чжай стал с ним понемногу разговаривать. Со своей стороны Учитель Саваи, также чувствуя изменения в своем теле, понимал абсолютно все о чем говорил ему теперь китайский мастер. Ван Сан-чжай был быстр и силен, как молния. Он говорил,



что один раз познав силу «Ки», никогда не ослабеешь и сможешь противостоять любой силе. Учитель Саваи прозанимался у мастера 12 лет. За это время он научился, конечно, не всему, но взял самое главное — можно сказать, квинтэссенцию боевого искусства.

А я в свою очередь перенал это от него.

Ценности, созданные в себе

Когда я, проиграв Калленбаху, думал, что никогда в жизни не смогу победить человека физически сильнее меня, — я еще не знал, что энергия «Ки» может противостоять и физической силе, и выносливости. Этому меня и научил мастер Саваи. Кроме того, он научил меня, что слава, деньги и почести — ничто по сравнению с ценностями, созданными в самом себе. И действительно, эти ценности невозможно купить ни за какие деньги, да и продать нельзя. Их можно получить лишь самому, проливая пот. И это прекрасно, что я вовремя стал изучать силу «Ки».

Потряусь случаем, мне хотелось бы еще кое-что добавить. Раньше люди вообще не знали, что такое «танто» или «рицудзэн». Сейчас же об этом говорят даже по телевизору, и это упреждение уже знают миллионы. Очень жаль, что люди, зашедшие в тупик, думают, что даже неподолжительно





занятия «*танто*» или другими специальными упражнениями сразу делают их сильными. Если «*танто*» заниматься только из интереса — результата не будет. Как говорил Учитель Саван: «Есть люди, которым сила «Ки» дана от рождения, но есть и такие, которые не смогут познать ее и за всю жизнь, сколько бы ни занимались». Здесь нужны способности, которые имеет человек, плюс усилия и старания. Кто-нибудь занимается какие-то два-три года, руки у него иногда немного потеют, — так и хочется спросить: «Ну и что?». Такое «*танто*», конечно, бесполезно для здоровья, но для боевого искусства — это ничто. Мир не настолько прост, чтобы в нем было какое-то специальное упражнение, позанимавшись которым незачителное время можно было бы сразу стать сильным. Нужно заниматься на пределе своих возможностей, отдавать этому всего себя, и даже если человек прозанимается так всю жизнь, нельзя сказать точно, овладеет он этой силой или нет. Китайский мастер Ван Сан-Чжай говорил, что



Реклама на улицах Москвы впервые изданной на русском языке книги Хаяо Рома «Моя жизнь — каратэ»

стоит овладеть этой силой, как все, чему ты учился до этого момента, и приемы, и технику можно выбросить, как старые ботинки, это тебе уже никогда не понадобится. Скорее всего, он имел в виду то, что стоит один раз познать эту силу, как она будет проявляться в любом движении, эти движения будут согласованы с законом «Ри»¹, само их проявление и будет приемом, поэтому-то сами приемы как бы уже будут не нужны. Однако, я считаю, что вероятность овладеть такой силой даже среди людей, отдающих этому всего себя, весьма мала. Из нескольких десятков тысяч достигнет успеха, может быть, только один. А сейчас, мне кажется, положение еще сложнее. Может и одного не найдется среди нескольких миллионов. Видимо, есть много людей, питающих иллюзии по этому поводу, и я хотел бы остудить пыл некоторых из них. Кроме того, мне не хотелось, чтобы

¹ Принципы, закон природы.

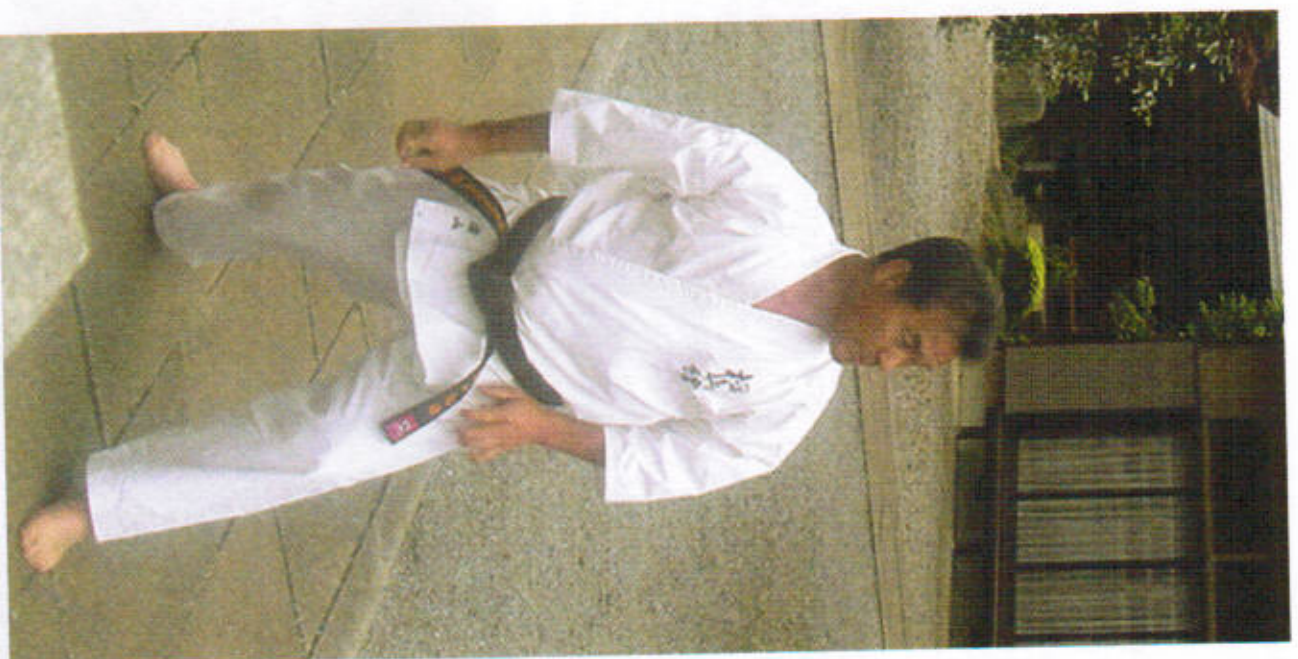
люди необдуманно болтали о таких вещах. Я просто не хочу, чтобы тот, кто немного прозанимался и не имеет даже понятия о всей тяжести упражнения, вдруг решил, что приобрел какую-то специальную способность и стал сильным. Не следует вводить в заблуждение других.

Говорят, что Учитель Саваи познал силу «Ки» только после 60 лет?

Думаю, так и было на самом деле. Я, например, много раз сжимал руки Учителя Саваи, но так и не смог тогда овладеть этой взрывной силой, которую он мне продемонстрировал. Это какая-то энергия нервов. Под этим я подразумеваю ту мгновенную взрывную энергию, которая появляется когда вас, например, схватили за руки и неожиданно прижали сигаретой, тогда человек, вскрикивая, дергается всем телом. Этой энергией и обладал учитель Саваи. Это совершенно не то, что толчок. У меня было такое ощущение, будто его руки — две металлческие палки, и в тот момент, когда они касались меня, казалось, кто-то бил молотом по его плечам.

Говорят, что Калленбах стал учеником Учителя Саваи?

Калленбах приехал тогда в головную штаб-квартиру, чтобы научиться «сверхвысокой» технике, которую, как он считал, преподавали в зале. Однако и в головной штаб-квартире продолжались все те же монотонные тренировки, что были и в период «Ояма додзэ». Смысл их был в том, чтобы человек, повторяя одно и то же движение, в результате познал его суть. Это было совсем не то, чего ожидал Калленбах, так как и у него на родине занимались тем же самым. Я думаю, он хотел научиться чему-то большему. Тогда я рассказал ему об Учителе Саваи. Калленбах проявил огромный интерес и сказал, что хотел бы заниматься у него. Я тогда знал об Учителе Саваи только по залу Ояма и сам еще у него не учился.



Встреча с мастером Накамура Хидэо

Расскажите, пожалуйста, подробнее, как вы учились у мастера Накамура Хидэо?

Как раз тогда я почувствовал предел в карате. Проведя поединок с Калленбахом, я понял, что мне не победить человека выносливее и физически сильнее меня. Мне даже стало казаться, что все рассказы о великих мастерах — это просто сказки. И тогда я решил, что с каратэ покончено, в каратэ мне больше нечему учиться, а заниматься базовыми упражнениями (*кихон*) для меня просто не имеет смысла. Учитель Саваи говорил: «Вы, я вижу, занимаетесь *кихоном* и *ката*, а предположим, что на вас неожиданно напал человек из темноты. Сможете ли вы мгновенно применить прием из *ката*, которому обучались в зале?». Тогда я и подумал: «Все эти *ката* и *кихон* никому не нужны». Но на самом деле для того чтобы их применить в реальной ситуации, нужно долго и



Семинар по *ката* (Япония, 2004 год)

последовательно тренироваться. Тогда я этого еще не понимал, и только мастер Накамура помог мне понять суть техники каратэ.

Ты не владеешь приемами

Первый раз о непобедимости и силе Учитель Накамура я услышал от своего младшего собрата по учебе. Помню, тогда я ему сказал: «Что ты мне сказки рассказываешь, может раньше он и был сильным, но теперь ему, сколько ты говоришь — 60 лет? Так вот, я думаю, что этой силы у него уже давно нет». На что он мне ответил: «Нет, он очень силен и сейчас». И только после того, как я узнал, что Учитель один дерется с несколькими десятками хулиганов, мне стало интересно, какими же приемами он пользуется. Поэтому я и согласился поехать на встречу с ним. К тому времени у меня уже был второй дан по каратэ, я имел опыт поединков с профессиональными спортсменами в кикбоксе и еще занимался китайским кэмпо. Когда я с ним встретился, то первой его фразой было: «Так, ты же не владеешь ни одним приемом из каратэ!». Конечно, сразу я этого понять не мог. Более того, он мне сказал, что и скорости у меня тоже нет. Тогда я полностью был уверен, что на один удар противника могу ответить четырьмя-пятью ударами. И я спросил, что нужно делать, чтобы скорость возросла? Учитель ответил: «Осознай, что у тебя нет скорости». До этого я «осознавал», что скорость у меня есть». А его фразу ты — не владеешь приемами — я осознал много лет спустя и при этом понял, что Учитель имел в виду, когда говорит: «Сакральным смыслом каратэ лежит в занятиях *кихон*». Я стал уже директором одного из отделений Кёкусин. На первый тест, который там проводился, пришел Учитель Накамура, он сидел рядом со мной. Учитель посмотрел *кихон* — базовую технику, перемещения, затем *ката* в исполнении учеников, сдававших тест, и когда подошло время последнего поединка, сказал мне следующее:



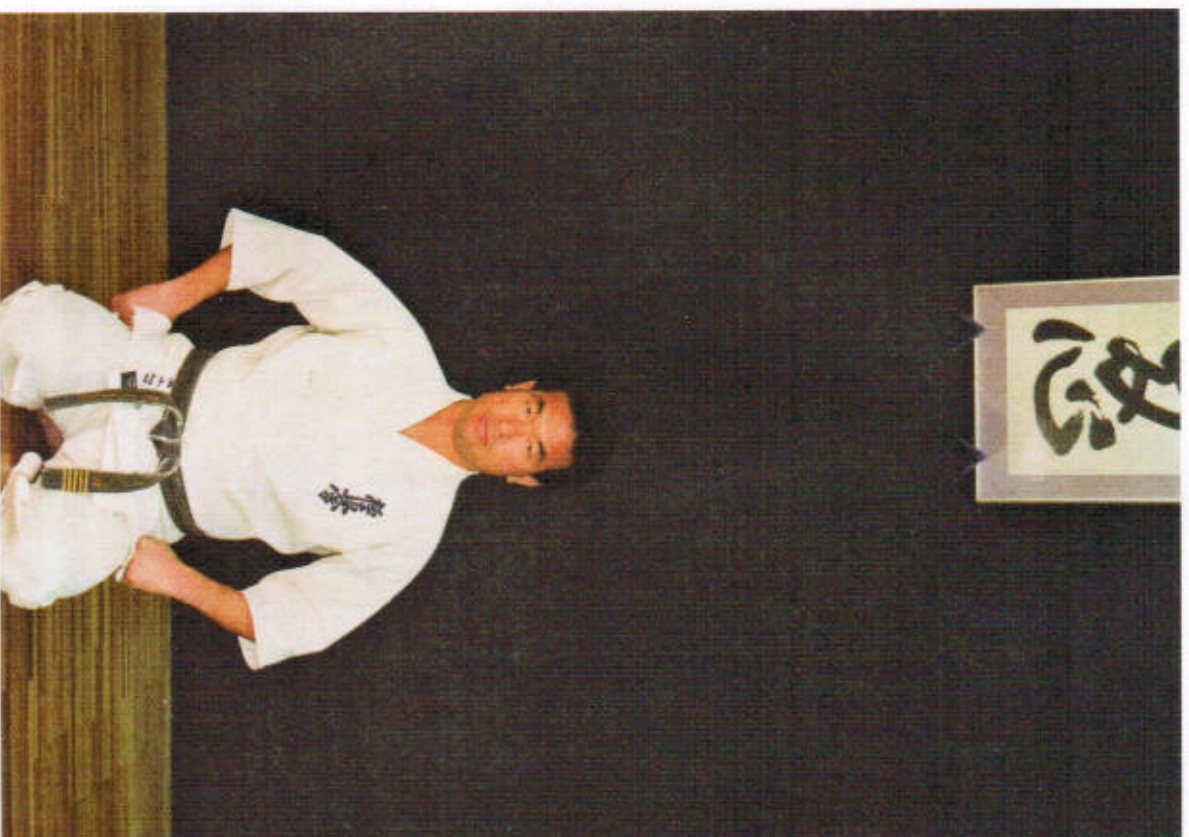
Тренировка под открытым небом неподалеку от храма «Косёэн»

— Рояма, подумай, зачем ты делаешь *кихон*? Я посмотрел их поединки — ведь их *кихон* мертв!

Это было все, что он произнес, но меня внезапно осенило, я вдруг вспомнил те слова, сказанные мне Учителем десять с лишним лет назад: «Ты не владеешь приемами», — и смысл сказанного тогда, открылся мне сейчас.

Каратэ — это вовсе не значит, ради забавы махать руками и ногами. В совершенстве овладеть базовой техникой и уметь ее применять — это и есть приемы каратэ, а какие-то движения руками и ногами, которыми партнеры бьют друг друга, приемами каратэ не являются. Следует осознать необходимость занятий *кихон* и *ката*. Правильная отработка *кихон* и *ката* обязательно даст возможность изучить “правильное сердце”. Практика правильной аскезы обязательно даст своим результатом овладение правильным «духом» и «сердцем», а правильное «сердце» даст возможность идти истинным путем. Поэтому каратэ-до и называется «путем». Мне тогда стало очень стыдно перед Учителем, за то, что всего лишь после четырех лет занятий каратэ я подумал, что уже все познал и учиться мне больше нечему.

Когда Учитель сказал, что у меня нет скорости, я ему не поверил. Я считал, что скорость у меня все же была. Как-то раз Учитель взял толстую бамбуку и легко разбил ее на несколько частей. Я тогда еще мало что понимал и, помню, даже подумал «Он уже в возрасте, но сколько в нем еще сил!». Я все-таки считал, что он разбивает силой. Но на самом деле это была не сила, а скорость. На показательных выступлениях в Осаке Учитель разбивал бамбучный брус. Это было снято на видео, но в кадре его руки увидеть не удалось. Когда я спросил у него, какова скорость его руки, Учитель ответил, что скорость должна быть 1200–1300 км/час. Тогда я и осознал, что имел в виду Учитель, когда говорил: «У тебя нет скорости». Учитель при мне разрубал рукой металлическую проволоку и молодой бамбук. Человек может достичь даже такого! Когда удар с такой скоростью наносится по человеку, — это и есть то, что называется «убить одним ударом». Но идиома «убить одним ударом» вовсе не означает раздавить лежащего человека. Для того чтобы овладеть мощью, называемой «убить одним ударом», мощью, способной свалить стоящего или движущегося врага, необходимо прозаниматься всю



жизнь, но все же можно этому так и не научиться. Поэтому, мне бы не хотелось, чтобы люди употребляли это выражение необдуманно. Да и бесконтактное каратэ возникло именно потому, что и в прошлом существовали идиомы «убить одним ударом», «свалить ударом кулака». Поэтому Учителю Ояма и казалось странным, что люди, явно не владеющие этой силой, говорят о мощи «убить одним ударом». Ведь даже арбуз, сладкий он или нет, пока не попробуешь, не поймешь. Так и они, считал Учитель, как они могут об этом говорить, пока сами не попробуют? Не кажется ли вам, что это, действительно, так? Об этом может говорить, например, Учитель Накамура, который действительно овладел скоростью в 1200–1300 км/час, но не странно ли, когда об этом говорят люди, только начавшие знакомиться с силой? Это то же, что и «КИ». Этим нужно заниматься постоянно, с полной самоотдачей на протяжении многих лет и только так можно приобрести реальную силу. Учитель Накамура показал мне всю глубину каратэ-до. Учитель Саван научил силе «КИ» и подарил хрустальную мечту, необходимую человеку, ставшему на путь Будо. Он научил меня тому, что основная наша цель в занятиях Будо, — это создать в себе истинное богатство, которое невозможно ни купить, ни продать.

Тренироваться до самой смерти

Ояма Масутацу научил меня тому, что «тренироваться нужно до самой смерти». За неделю до кончины Учитель Ояма позвал меня в больницу «Сэйрока», в которой он лежал. То, что я там увидел, произвело на меня неизгладимое впечатление. Когда я зашел в палату, Учитель лежал в кровати и, молча, смотрел на сжатый кулак правой руки. Тогда я и понял, что он все еще продолжает тренироваться. «Я занимаюсь каратэ уже больше 50 лет, но все еще продолжаю размышлять над тем, правильно ли я сжимаю

кулак», — эти слова он говорил непосредственно перед тем, как уйти из жизни. Поэтому я и не думаю, что когда-либо кончится мое служение искусству Будо. Просто, я не тот человек, который ставит своей целью быть чемпионом на соревнованиях. Я занимаюсь каратэ, чтобы стать хоть немного похожим на мастеров прошлого. Для проверки своих сил я собираюсь выступить на соревнованиях всего лишь один раз. Это был Пятый Чемпионат Японии. И лишь только потому, что я, к сожалению, стал чемпионом и в то время был учеником Учителя Ояма, мне пришлось выступить на Чемпионате мира, который был запланирован на следующий год. Тогда Учитель сказал: «Если Япония проиграет на этом чемпионате, я сделаю себе хакакири!». Кроме того, человек ставший чемпионом должен был обязательно выступить и на следующих соревнованиях. Поэтому я и выступил снова. Но я тренировался не для того, чтобы выступать на чемпионатах и их выигрывать, становиться их победителем. Конечно же, я не сойду с этого пути, я буду идти им до конца своих дней. Мой девиз — «Сёгай-кюдо» — следовать пути всю жизнь. Я не придумал это сам, этим путем шли мои великие Учителя, и теперь этим путем иду я. Люди, познавшие мир, в котором существует путь, уже никогда не смогут его покинуть. Видеть цель и не идти к ней — такого быть не может. Счастье ли это? А может быть несчастье? Если бы я не видел цель, то, вероятно, мог бы удалиться на покой и где-нибудь преподавать. Но я должен передать своим ученикам, все чему научился. Для этого и была создана организация Кёкусин-кан. Другими словами, я должен приумножить и передать учение и дух Учителя Ояма Масутацу, а также и то, чему я научился у Мастера Саван Кэнъичи и Мастера Накамура Хидэо. В Китае есть поговорка: «На выбор хорошего учителя не жаль и три года потратить». Я благодарен судьбе, за то, что мне в течение моей столь короткой жизни удалось обучаться у трех великих мастеров, подлинных, настоящих Учителей. То, что я от них получил —

неоценимое богатство. Кроме того, с каждым учителем я встречался в нужное время. Это и есть самая большая драгоценность во всей моей 41-летней истории занятий каратэ. Я и сейчас продолжаю двигаться по рельсам, проложенным мне Учителями. Мой долг правильно передать моим ученикам наследие, полученное мной от трех Великих Учителей.

2004 год, середина лета

РОЯМА ХАЦУО

Родился 31 марта 1948 года в городе Гёда префектуры Саитама.

С октября 1963 года начал заниматься в школе Ояма, основателя Кёкусин каратэ, где закладываются основы понимания истинного духа каратэ-до. В 19 лет он получает черный пояс, а к 20 годам, становится инструктором штаб-квартиры Кёкусин. В это время много внимания уделяет накоплению физической силы.

Однако проигрывш огромному иностранцу Каменбаху заставляет его серьезно задуматься над вопросом об истинном значении каратэ-до. Не найдя ответа и осознав свой предел в накоплении физической силы, Рояма приходит к выводу, что может сражаться только в своей весовой категории. С этого момента в жизни автора начинается период «скитаний в поисках истинной силы».

В 1967 году он на время покидает Кёкусинкайкан и пробует свои силы в кикбоксинге. В том же году он становится победителем Первого в Японии чемпионата между тайскими и японскими бойцами по кикбоксу.

Встреча с мастером внутреннего стиля китайского кэмпо Учительем Саваи Канъичи и тренировки у него позволяют Рояме понять, что разнице в физической силе может противостоять энергия «Ки». Рояма занимается у мастера Саваи Канъичи до конца дней Учителя.

Глубокой осенью 1967 года судьба сводит Рояму с Учителем Накамура Хидэо. Пораженный его искусством, Рояма поступает к мастеру в ученики, где в течение шести лет серьезно занимается базовой техникой каратэ-до.

Осенью 1972 года, по настоянию Накамура, Рояма возвращается в Кёкусинкайкан. Знания, приобретенные у учителя, проявляются в полной мере, и в зале он получает прозвище «сибнейший».

В 1973 году Рояма, решив проверить свои силы, принимает участие в Пятом Чемпионате Японии, где занимает первое место.



По настоянию Учителя Ояма он выступает также на Шестом Чемпионате Японии в 1974 году и занимает третье место.

На Первом Чемпионате Мира в 1975 году Рояма поражает всех своим знаменитым приемом *доу-кин*, ставшим с того времени одним из эффективнейших ударов ногами в соревнованиях по контактному каратэ. Пройрав по очкам в упрямейшем финальном поединке Сато Кацуаки, он становится вторым. Полученные травмы не позволяют ему пройти до конца все поединки на Втором Чемпионате Мира в 1978 году.

В 1980 году Рояма становится Директором Отделения Кёкусин каратэ префектуры Саитама.

В 1990 году Рояма в качестве руководителя команды черных поясов впервые посещает Советский Союз. Показательные выступления в Киеве вызывают огромный резонанс на всей территории Советского Союза. В том же году Ояма назначает его заместителем председателя совета Директоров Отделений всей Японии и ответственным за развитие Кёкусин в Советском Союзе.

В апреле 1994 года ушел из жизни основатель школы Кёкусин — Ояма Масутацу. С этого времени Рояма Хацуо становится Верховным Советником Кёкусинкайкан и куратором регионов бывшего Советского Союза и восточной Азии.

С января 2003 года Рояма Хацуо становится президентом Международной Федерации Кёкусинкан.

В Японии Рояма Хацуо известен так же, как автор трудов по философии и практике каратэ: «Моя жизнь — каратэ», «Мое каратэ на пути воина», «Советы иаушим по пути воина», «Что такое каратэ», трехтомник «Высшие секреты каратэ», «Рояма Хацуо — каратэ для мастеров», «Рассвет Кёкусинкан, или новое Ояма додзё» и многих других. Некоторые из книг переведены на английский и русский языки.

Оглавление

Предисловие

3

Часть вторая

Путь к сути воинского искусства

5

Глава первая

Важность хорошего учителя

7

В обучении у трех мастеров биографии моих учителей

9

Ояма Масутацу

26

Саваи Кэнъичи

30

Накамура Хидэо

32

Воспоминания о президенте Кёкусин-кайкан Ояма Масутацу

35

Воспоминания об учителе китайского кэмпо Саваи Кэнъичи

39

Учение мастера Накамура Хидэо

46

Глава вторая

В постижении сути воинского искусства

53

Техника и дух кёкусин каратэ

57

Техника и дух учителя Саваи Кэнъичи

69

Техника и дух учителя Накамура Хидэо

88

Моя жизнь — каратэ-до

99

От учеников к ученикам

105

Часть третья

Дух Кёкусин

107

Куда ушел «страшный дядька»

109

Общественная миссия каратэ-до

117

ОИМАМАСУТАЦИЗМ

ПУТЬ В КЁКУСИН

ПЕРЕЛИСТЫВАЯ СТРАНИЦЫ ПРОШЛОГО.

40 ЛЕТ В КАРАТЭ

125
131
136

Интервью с Президентом Федерации Кёкусин-кан

каратэ-до России Михаилом Викторовичем Сипенчуком

Становление характера

Поступление в школу Ояма

Тренировки в школе Ояма

Бой без правил

Зеленый пояс за полгода

Что значит хороший наставник

Страх поединка

Поражение в поединке — это смерть

И стану Мастером

Бой с Калленбахом

Встреча с мастером китайского кэмпо Саван Кэнтэчи

и его рассказы

Ценности, созданные в себе

Встреча с мастером Накамура Хидэо

Ты не владеешь приемами

Тренироваться до самой смерти

РОЙМА ХАЦУО

178
185
190
191
195
199



Моя жизнь — каратэ

Самая первая книга Рояма Хачиро. Издана в Японии в 1980 г. тиражом 100 тыс. экз. Переиздавалась 10 раз, 223 с.

Автор настоящей книги размышляет и увлекательно рассказывает о каратэ, которое помогло ему приобрести реальную силу, познать предельное и невозможное себя.

Для широкого круга читателей.

Первое издание книги на русском языке вышло в России в 2003 г. Издательский дом «Городдец» совместно с ИФК Метрополь.

И вновь. Моя жизнь — каратэ

Издана в Японии в 1992 г. тиражом 20 тыс. экз. Переиздавалась 3 раза, 293 с.

Добавлены главы:

1. Путь к сути воинского искусства
- Важность хорошего учителя
- В обучении у трех мастеров
- Воспоминания о президенте Кёкусинкайкан Ояма Масутацу
- Воспоминания об Учителе китайского кэмпо Саван Кэнтэчи
- Учение мастера Накамура Хидэо
2. В постижении сути воинского искусства
- Техника и дух Кёкусинкаратэ
- Техника и дух Учителя Саван Кэнтэчи
- Техника и дух Учителя Накамура Хидэо

- Моя жизнь — каратэ-до
- От учеников к ученикам

Мое каратэ на пути воина

Издана в Японии в 1996 г. тиражом 20 тыс. экз. Переиздавалась 5 раз, 254 с.

Оглавление (подразделы опущены)

1. Три великих мастера.
2. «Путь воина» и спорт.
3. Теория тренировок.
4. Теория поединка.
5. Техника и путь.
6. Социальная миссия Будо.
7. Дух «ОС».





Советы ИАУЦИМ путем воина

Издана в Японии в 1997 г. тиражом 30 тыс. экз. Переиздавалась 5 раз. 206 с.

Оглавление (без подразделов)

1. Рекомендации по Будо.
2. Достигни поставленной цели.
3. Выбери хорошего учителя.
4. Полностью отдавай себя упражнению.
5. Победа рождается из поражения.
6. Присм обращайся в «сердце».
7. Самосовершенствование в Будо и в обычной жизни.
8. Что такое Будо.
9. Учение Мастеров.



Что такое Каратэ

Издана в Японии в 1998 г. тиражом в 50 тыс. экз. Переиздавалась 8 раз. 318 с. Третья книга серии «Моя жизнь — каратэ».

Написана через 18 лет, после издания первой книги этой серии.

Добавлены главы

- Дух Кёкусин
- Куда ушел «страшный дядька»
- Общественная миссия каратэ-до
- Омаиасутайизм
- Путь в Кёкусин

Высшие секреты каратэ (в трех томах)

Рабочее название

Ежедневно накапливать и углублять знания (том первый)

Издана в Японии в 2000 г. тиражом в 100 тыс. экз. 226 с.

Книга представляет собой результат 40-летнего опыта мастера. Выполнена в виде серии фотографий с объяснениями.

В основу издания легла оригинальная теория мастера — «Аэодзингата».

В книге подробно объясняются техника каратэ, затрагиваются вопросы закалики, даны познания к упражнению Хай, ведению поединка и т.д.



Высшие секреты каратэ (в трех томах)

Рабочее название

Секреты реального боя (том второй)

Издана в Японии в 2001 г. тиражом в 60 тыс. экз. Переиздавалась 2 раза. 256 с.

В ней более подробно рассматриваются аспекты, затронутые в первом томе, выполнение упражнений Хай и Ричу-дзэн, приемы и контрприемы, методы закалики, техника ведения реального боя, психологические аспекты и т.д.

В Японии это издание называют «Новой библией» по технике Кёкусин каратэ. Третий том готовится к изданию.



Каратэ Мастера Рюма Хаюо

Издана в Японии в 2002 г. тиражом 10 тыс. экз. Переиздавалась 2 раза. 128 с.

Содержание

1. Сайкен (прямой удар кулаком).
2. Уракен (удар тыльной стороной кулака).
3. Сюто (удар ребром ладони).
4. Маэ-гари (прямой удар ногой).
5. Хизэ-гари, Маваси-гари (удар коленом, круговой удар ногой).
6. Гада-гари (удары ногами по нижним конечностям).
7. Кинтэки-гари (удар в пах).
8. Гада-маваси-гари (круговой удар по нижним конечностям).
9. Баоки.
10. Перемещения.



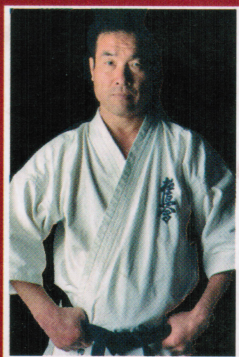


Рассвет Кёкусин-кан или новая школа Ояма
 Издана в Японии в 2003 г. тиражом 10 тыс. экз. 200 с.
 Авторы: РОЯМА Хацуо, ХИРОСИГЭ Цуёси
 Содержание
 1. Возвращение к истокам самого сивного каратэ в мире (РОЯМА Хацуо)
 — Хочешь стать сивным — поступи в школу Ояма
 2. Воспоминания о президенте Ояма Масутацу (ХИРОСИГЭ Цуёси)
 3. Размышления о будущем Кёкусин каратэ (РОЯМА Хацуо и ХИРОСИГЭ Цуёси)

Хацуо Рояма МОЯ ЖИЗНЬ — КАРАТЭ

Редактор
 И. В. Краснослободцева
 Художник-дизайнер
 А. В. Мажонтов
 Художественно-технический редактор
 З. С. Кондрашова

Корректор
 В. И. Алексеева



Рояма Хацуо

Родился 31 марта 1948 года в городе Гёда префектуры Саитама. В 15 лет начал заниматься в школе Масутацу Ояма, основателя Кёкусин каратэ, в 19 лет получил черный пояс, а через год стал инструктором штаб-квартиры Кёкусин.

Поражение в одном из поединков заставляет его серьезно задуматься над вопросом об истинном значении каратэ-до. Покинув Кёкусин-кайкан, он пробует силы в кикбоксе и побеждает в Первом Чемпионате Японии между тайскими и японскими бойцами.

Судьба сводит его с уникальными людьми: Учителем китайского кэмпо Саваи Кэнъичи и Учителем Накамура Хидэо. Вернувшись в Кёкусин-кайкан, он применяет знания, полученные от учителей, и в зале ему дают прозвище «сильнейший».

В 1973 году Рояма занимает первое место в Пятом Чемпионате Японии. В 1980 году Рояма становится директором отделения Кёкусин каратэ префектуры Саитама. В 1990 году Рояма в качестве руководителя команды черных поясов впервые посещает Советский Союз.

С января 2003 года Рояма Хацуо является президентом Международной Федерации Кёкусин-кан.